

# Arbeiten mit Kindern und Jugendlichen

Seite 8



## Interview

Jahresgespräch  
mit Monika Dusong

Seite 4

## Sammlung 2017

Informationen  
und ein Aufruf

Seite 14

## Wissen

Fuss- und Knie-  
verletzungen Teil 1

Seite 18

# Bambuskissen

## kann Ihr Leben verändern

Das Bambuskissen kann Ihnen zu einem **besseren Schlaf** verhelfen, wachen Sie ganz ausgeruht auf und beugen Sie Nackenschmerzen, Kopfschmerzen und **sogar Schnarchen** vor.

- ✓ **Nichts ist weicher als Bambus**  
Herrlicher Komfort, weich, absorbiert die Feuchtigkeit der Haut, schnell trocknend.
- ✓ **Das Kissen ist antibakteriell und milbenfrei**  
Hypoallergen. Eignet sich für jeden, auch für Allergiker.
- ✓ **3-Kissen in Einem**  
Stützendes Kissen (doppelt falten). Normales Kissen (flach legen). Extra weiches Kissen (erhöht aufliegen).
- ✓ **Perfekte Stütze für Nacken und Kopf**  
Die Muskeln entspannen sich, Schmerzen und Schnarchen verringern sich und Sie wachen ganz ausgeruht auf.
- ✓ **Ökologisch**  
Bambus wächst ganz natürlich ohne Pflanzenschutzmittel oder andere Chemikalien.



Grösse: ca. 60 x 45 cm

Für einen ruhigen Schlaf ist es wichtig, dass die Wirbelsäule gerade ist. Somit ist es garantiert, dass die Durchblutung ausreichend ist und die Nervensignale ins Gehirn und wieder zurück gelangen. Die Atemwege sind ebenso geöffnet und frei, sodass die Atmung optimal verläuft und nicht durch Schnarchen behindert wird.

### Das Bambuskissen hat folgende Doppelfunktion:

Der Bambus Bezug kühlt beim Schlafen und ist mollig weich. Das ganze Kissen ist mit Memory-Form Flocken gefüllt und passt sich automatisch ihrer Schlafstellung an. Sie wachen fit und ausgeruht auf.

Das Bambuskissen ist das perfekte Kissen, welches Sie einfach höher oder tiefer, weicher oder härter benutzen können.

Durch das Formen wird es Ihnen möglich sein, in allen gewünschten Positionen zu schlafen: auf der Seite, auf dem Rücken oder auf dem Bauch. Wenn Sie gerne halb sitzend im Bett lesen, gibt Ihnen das Kissen, doppelt gefaltet, den perfekten Halt.

**Memory-Schaum** ist ein speziell entwickeltes viskoelastisches Material, welches unmittelbar auf Druck reagiert und dadurch elastisch wird und sich Ihrer Körperkontur anpasst. Wenn das Kissen nicht benutzt wird, erhält es seine ursprüngliche Form zurück. Der Unterschied zum normalen Memory-Schaum Kissen ist, dass die Luft beim Bambuskissen einfach zwischen dem Memory-Schaum frei zirkulieren kann und Ihnen dadurch ein kühles Gefühl gibt. Das Bambuskissen ist das erste Kissen, das alle Vorteile des Memory-Schaum-Materials hat ohne Nachteile. Der Kissenbezug kann in der Waschmaschine mit 30 Grad gewaschen werden.



## Bambus Rückenstützkissen

### Schluss mit Rückenschmerzen!

Bestellen Sie das Bambus Rückenstützkissen gleich mit und entlasten Sie damit Ihren Rücken durch eine komfortable und gesunde Sitzposition, Zuhause oder im Büro. Grösse ca. L: 33 cm - B: 31 cm - T: 10 cms

## Bestellschein

**JA**, ich bestelle gegen Rechnung (zahlbar innert 10 Tage) plus Fr. 6.90 Versandkostenanteil wie folgt:

- Bambuskissen, 1 Stück** (Art.Nr. 1436) **nur Fr. 49.-**
- Bambuskissen, 2 Stück** (Art.Nr. 1437) **nur Fr. 88.-**  
*Sie sparen Fr 10.-*
- Bambus Rückenstützkissen** (Art.Nr. 1433) **nur Fr. 39.90**

Frau  Herr

391-44

Name: ..... Vorname: .....

Strasse/Nr.: .....

PLZ/Ort: .....

Tel.-Nr.: .....

Bitte einsenden an: TRENDMAIL AG, Service-Center, Weinfelderstrasse 6, 8560 Märstetten

**Schnell bestellen? Per Tel: 071 634 81 21, per Fax: 071 634 81 29 oder unter [www.trendmail.ch](http://www.trendmail.ch)**

## Editorial

### Liebe Leserin, lieber Leser

«Gutsein ist ein weit gewaltigeres und kühneres Abenteuer als eine Weltumseglung.»

Auf diese Worte des englischen Krimiautors und Journalisten Gilbert Keith Chesterton bin ich kürzlich gestossen. Der Schöpfer der beliebten Romanfigur Pater Brown hat sie geschrieben, lange bevor «Gutsein» beinahe reflexartig mit dem Begriff «Gutmensch» assoziiert wurde, was heute bedauerlicherweise der Fall ist. Ein «Gutmensch», immerhin das Unwort des Jahres 2015, hat aber rein gar nichts mit einer Person zu tun, die «gut ist», respektive Gutes tut. In seinem ursprünglichen Sinn bedeutet das Wort «gut» nämlich «wirksam, nützlich, tadellos, anständig, wertvoll, passend, freundlich gesinnt und ohne nachteilige Eigenschaften oder Mängel» zu sein. Wer «Gutes» tut, darf also stolz darauf sein. «Gutsein» ist nicht nur eine Lebensaufgabe, es ist eine Haltung! Eine Haltung, die bei so vielen Samariterinnen und Samaritern zu finden ist und sich nicht nur in ihrem Engagement in einem Samariterverein äussert, sondern in der ganzen Lebenseinstellung.

In dieser Ausgabe werden Sie gleich mehrere Geschichten finden, die genau dies bestätigen und die die Hoffnung auf das Gute in der Welt aufrechterhalten.

Wenn Sie diese Ausgabe in den Händen halten, hat das neue Jahr bereits an Fahrt gewonnen. Ich wünsche Ihnen einen guten Start für das Jahr 2017 – und eine erfüllende Zeit beim gewaltigen und kühnen Abenteuer, eine Samariterin oder ein Samariter zu sein.



Sonja Wenger

## Interview

### 04 Die Zentralpräsidentin im Gespräch

«Wir blicken auf ein sehr intensives Jahr 2016 zurück, in dem ein riesiger Innovationsschub passiert ist und in dem sich viele Samariterinnen und Samariter immensen Herausforderungen gestellt haben», sagt Zentralpräsidentin Monika Dusong im Gespräch mit dem «Samariter» und zieht noch einmal Bilanz.



## Aktuell

### 08 Lerninhalte mit Spiel und Spass verbinden

Anfang Dezember fand der Workshop «Arbeiten mit Kindern und Jugendlichen» gleichzeitig an zwei Orten in der Schweiz statt. Der «Samariter» war mit dabei.

### 14 Samaritersammlung 2017

Auch 2017 geben Samariterinnen und Samariter den Sammlungsunterlagen ein Gesicht. Sie stehen hinter der wichtigen Arbeit der Samariterbewegung, von der jede Person in der Schweiz profitieren kann.

## Panorama

### 17 Kampagne «sicher gehen – sicher stehen»

Nach einem Sturz ist beinahe nichts mehr wie zuvor. 1330 Personen über 60 sterben jedes Jahr an den Folgen eines Sturzes. Mit ihrer Kampagne «sicher stehen – sicher gehen» geht die Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu das Thema Sturzprävention bewusst lustvoll, spielerisch und niederschwellig an.

## Wissen

### 18 Verletzungen des Knies, am Unterschenkel und am Fuss

Gelenkverletzungen der unteren Extremitäten sind bei sportlichen Aktivitäten häufig. Auf dem Sanitätsposten begegnen die Samariterinnen und Samariter diesen Verletzungen deshalb regelmässig. In einer dreiteiligen Serie soll den Samariterinnen und Samaritern deshalb ein Hilfsmittel mitgegeben werden, das ihnen erlaubt, die Dringlichkeit von weiteren Abklärungen bei Knie-, Unterschenkel- und Fussverletzungen zu beurteilen.



## Menschen

### 29 Bewusste Fächerung der Verantwortung

In nur einem Dreivierteljahr hat George Scherer im Glarner Kantonalverband bereits einiges verändert. Sein oberstes Ziel ist es, Transparenz zu schaffen und andere zu ermächtigen, selbstständig zu entscheiden und arbeiten zu können.



«Bei uns gibt es tausend verschiedene Realitäten.»

**Das neue Jahr startet fulminant: Seit Ende 2016 sind der Schweizerische Samariterbund (SSB) sowie die von seinen Mitgliedern angebotenen Kurse offiziell IVR-zertifiziert. Zudem steht das neue digitale Lehrmittel zur Verfügung und die Umstrukturierung der Ausbildungen des Samariterkaders ist erfolgreich abgeschlossen.**

**Interview und Foto: Sonja Wenger**

«Samariter»: Monika Dusong, an der Herbstkonferenz Mitte November konnte der Zentralvorstand die Kantonalverbände darüber informieren, dass der Zertifizierungsprozess des Schweizerischen Samariterbunds sowie die allermeisten Projekte im Rahmen der neuen Ausbildungen abgeschlossen sind. Wie ist Ihre persönliche Bilanz des vergangenen Jahres?

Monika Dusong: Wir blicken auf ein sehr intensives Jahr 2016 zurück, in dem ein riesiger Innovationsschub passiert ist und in dem sich viele Samariterinnen und Samariter immensen Herausforderungen gestellt haben. Nach einer langen und arbeitsintensiven Periode haben sich Ende 2016 dann aber fast zeitgleich die einzelnen Elemente der verschiedenen Projekte zusammengefügt und sind zu einem kohärenten Ganzen geworden, das auch voll und ganz mit der Strategie 2020 übereinstimmt.

*Lange schien es schwierig, diese Elemente als Teile eines grösseren Ganzen zu erken-*

*nen. Das hat eine gewisse Unruhe verursacht.*

Ich würde es eher eine Verunsicherung nennen und ich habe grosses Verständnis dafür. Die Umstellungen waren teilweise extrem und es wurde auf so vielen Ebenen an so vielen Projekten gearbeitet, dass man vermutlich nicht immer gesehen hat, was genau daraus entstehen soll. Doch nun wird alles zusammengeführt.

Ich habe vor einiger Zeit einmal das Bild eines Uhrwerks verwendet, das aus vielen und komplex verzahnten Bauteilen besteht. Das ist hier sehr passend. Bei mechanischen Uhrwerken gibt es übrigens ein Bauteil, das «Unruh» heisst. Es gibt aber auch den «Anker», die «Spiralfeder» oder den «Aufzug». Beim SSB haben wir nun also eine Auslegung aller «Bauteile» gemacht und sie neu zusammengesetzt. Das war eine enorme Herausforderung und eine komplexe Sache. Doch seit Kurzem sehen wir jetzt das fantastische Resultat, das daraus entstanden ist.

Aus diesem Grund ist es mir auch ein grosses Anliegen, allen Mitarbeiterinnen und

Mitarkeitern des Zentralsekretariats zu danken. Was sie in den letzten zwei Jahren geleistet und mit welchem grossem Kraftaufwand sie an den Projekten gearbeitet haben, ist enorm und keine Selbstverständlichkeit. Nur dank diesem riesigen Engagement konnte der SSB die matchentscheidenden Änderungen umsetzen, die notwendig waren, um uns fit zu machen und strategisch so auszurichten, dass die Vereine und Verbände auch in Zukunft anerkannte Kurse geben können.

*Wo liegen die grössten Herausforderungen für die nächsten Monate?*

Das Uhrwerk ist zusammengesetzt, aber es muss ja erst noch aufgezogen und zum Laufen gebracht werden. Das heisst, wir können derzeit zwar etwas aufatmen, dürfen uns aber auf keinen Fall zurücklehnen und auf dem ausruhen, was erreicht worden ist. Allerdings liegt der Ball jetzt auch bei den Samariterinnen und Samaritern. Wir haben ihnen neue Werkzeuge wie das digitale Lehrmittel zur Verfügung gestellt. Nun müssen sie diese aber auch ausprobieren, sich damit vertraut und sie sich zu eigen machen.

Diesbezüglich bin ich aber sehr optimistisch. Wir haben letztes Jahr bei den Überführungen des Samariterkaders sehen können, mit wie viel Freude die Instruktorinnen und Instruktoressen sowie die Kursleiterinnen und Samariterlehrer die neuen Werkzeuge einsetzen, sobald sie sich damit auseinandergesetzt hatten. Auch ihnen möchte ich ein grosses Dankeschön aussprechen, denn sie haben sich dieser Herausforderung gestellt und sich auf sehr viel Neues eingelassen. Dafür haben sie sich nun auf ein Topniveau katapultiert, verfügen über eine offizielle Zertifizierung des Interverbands für Rettungswesen (IVR) und können jederzeit die Qualität ihrer Kurse und Ausbildungsangebote garantieren.

*Beim Jahresinterview Anfang 2016 sagten Sie, dass sich für die Samariterinnen und Samariter «faszinierende Chancen» bieten. Wie sehen diese heute konkret aus?*

Unsere neue Ausbildungsstruktur und die Werkzeuge bieten eine Vielzahl von Chancen, respektive Gelegenheiten. Ich denke da beispielsweise an die neue Ausbildung zum Kursleiter 1 und 2. Damit wird zukünftig der Einstieg enorm erleichtert, denn die Ausbildung ist nun schlanker als vorher, und übrigens auch billiger. Das erhöht die Attraktivität für Neueinsteiger. Und wer später dann bis zum Kursleiter 3 aufsteigt, kann damit sogar als Betriebssanitäter arbeiten. Unsere Ausbildung ermöglicht also sogar eine fachlich-berufliche Karriere.

Dann haben wir ein weiteres wichtiges Zahnrad mit der neuen Jugendausbildung, die nun durchs Band weg kohärent ist. Sie stellt in der neuen Form eine solide Nachwuchsförderung dar, denn es ist eine qualifizierende Jugendausbildung, welche die Samariterjugend nahtlos in die Vereine überführt. Wenn das neue Jugendkader später in die Vereine übertritt, sind sie bereits in vielen Bereichen ausgebildet und operativ tätig. Das ist eine immense Chance für die Samaritervereine und ich hoffe, dass sie diese auch erkennen.

Und weitere tolle Gelegenheiten bieten sich natürlich durch das neue digitale Lehrmittel. Hier kann man zukünftig hochindividuelle Kurse etwa für Firmenkunden zusammenstellen, basierend auf den neuesten Methoden, mit Videos, Prozessplänen und viel zusätzlichem Fachwissen. Alle Elemente sind vorhanden, man muss sie «nur» noch zusammensetzen, kann sie dann aber jederzeit anpassen und wiederverwenden. Das ist eine grosse Erleichterung, macht aber auch Spass.

*Welche Veränderungen wird dies etwa beim Kursangebot der Samaritervereine zur Folge haben?*

Es wird den Samaritervereinen enorme Marktvorteile verschaffen. Nehmen wir die Bevölkerungs- und Firmenkurse. Da werden jedes Jahr zwischen 90 000 und 100 000 Personen in Erster Hilfe geschult. Ich kann es gar nicht oft genug sagen, dass dies die beste Lebensversicherung für die Schweizer Bevölkerung darstellt. Das habe ich kürzlich auch Bundesrat Guy Parmelin gesagt, als ich ihm in einem Treffen die Arbeit des SSB vorstellte. Der Vorsteher des Bevölkerungsschutzes

**«Dank dem riesigen Engagement aller Mitarbeitenden konnte der SSB die matchentscheidenden Änderungen umsetzen, die uns für die Zukunft fit machen.»**

muss schliesslich wissen, was wir alles in unserer Werkzeugkiste haben.

Dadurch, dass nun nicht nur der SSB selber, sondern auch die Kursleiterinnen und Kursleiter sowie ihre Kurse über ein IVR-Zertifikat verfügen, sind wir gut gewappnet für die Zukunft. Auch weil es derzeit Bestrebungen von Seiten des Staatssekretariats für Wirtschaft Seco und der Schweizerischen Unfallversicherungsanstalt SUVA gibt, Firmen darauf zu sensibilisieren, dass sie zukünftig nur noch Firmenkurse mit einem IVR-Label durchführen lassen.

Und nicht zuletzt ist unser neuer Nothelferkurs, der auf den neuesten Guidelines basiert, ebenfalls von der Société Générale de Surveillance (SGS) zertifiziert worden, die im Auftrag des Bundesamts für Strassen tätig ist. Diese Zertifizierung wird so vom IVR übernommen werden. In kürzester Zeit wird

unser Nothelferkurs in der Schweiz zur Norm werden. Auch hier verfügen die Samaritervereine deshalb über einen wichtigen Vorsprung, denn viele andere Anbieter müssen diesen Kurs erst noch anpassen und selber neu aufbauen.

*Wie wird die Umsetzung nun vor sich gehen?* Wenn sie es noch nicht gemacht haben, brauchen die Samaritervereine sicherlich eine Bestandsaufnahme. Sie sollten dabei entscheiden, wer im Verein was macht, wie viele Kursleiter sie brauchen, ob sie sich mit anderen Vereinen absprechen müssen, damit ihr Kader auf die von uns festgelegten notwendigen Unterrichtsstunden kommt, und auch, welche Projekte sie umsetzen wollen oder welche Themen für sie Priorität haben.

In diesem Bereich sind nun die Kantonalverbände stark gefordert. Sie haben eine tragende Rolle, indem sie die Vereine begleiten und genau hinsehen, was die Vereine jetzt brauchen, wo es Lücken gibt und wie die Zusammenarbeit zwischen den Vereinen gefördert werden kann. An der Herbstkonferenz haben die Kantonalverbände in diesem Zusammenhang dann auch angeboten, für mögliche Fragen bei der Umsetzung als Schnittstelle zwischen dem Zentralsekretariat und den Vereinen zu agieren.

Aber auch die Vorstände der Vereine sind wichtig. Sie sind für die strategische Ausrichtung zuständig und haben den Überblick über ihr Gebiet. Und wenn die Vereine oder Kantonalverbände dabei Hilfe brauchen, kann sie der Vereinscoach dabei unterstützen, eine ebenfalls neu geschaffene Funktion innerhalb des SSB, respektive ein weiteres Zahnrad.

*Das sind sehr viele Dinge, die nun abgeklärt werden sollen.*

Es ist eine herausfordernde Zeit, das ist richtig, und ich will nichts verniedlichen. Wir wissen, dass die Umsetzung Zeit braucht, dass dabei vielleicht auch Fehler passieren.

## Neujahrswünsche



Allen Samariterinnen und Samaritern wünsche ich ein anregendes und erfüllendes Jahr mit vielen spannenden Einsichten und freudigen Erfahrungen. Ein herzliches Dankeschön für Ihr unermüdliches und wertvolles Engagement für das Wohl unserer Mitmenschen.

**Monika Dusong**

Wichtig ist aber, dass dabei niemand die Flinte ins Korn wirft.

Eine genaue Bestandsaufnahme hilft den Vereinen herauszufinden, wo ihr Bedarf liegt. Aber nicht alle Vereine müssen alles machen. Jeder Verein hat seine eigenen Bedürfnisse und Prioritäten. Die einen sagen vielleicht, wir machen mehr Individualkurse, wie die Firmenkurse jetzt heissen, andere brauchen mehr interne Schulungen oder möchten ein Projekt mit der Jugend realisieren. Im SSB haben wir über tausend verschiedene Realitäten.

Deshalb konnten wir auch nicht bei einzelnen Projekten bremsen, obwohl wir das zu einem bestimmten Zeitpunkt durchaus erwogen haben, etwa bei der Jugendausbildung. Der Zentralvorstand hat dann aber entschieden, weiterzumachen, denn alle Projekte sind eben ineinander verzahnt. Wir müssen schon heute die Nachwuchsförderung initiieren und die jungen Menschen fit für die Vereinsarbeit machen, damit wir später auf sie zurückgreifen können.

*Die Vereine können sich bei gewissen Dingen also auch Zeit lassen?*

Das ist richtig. Bei was wir uns allerdings keine Zeit lassen konnten und können, ist bei der Zertifizierung. Der SSB ist in der Schweiz der grösste Anbieter von Erste-Hilfe-Kursen für Laien und wir können es uns nicht leisten, mangelnde Qualität zu bieten oder altmodisch zu erscheinen. Mit der Zertifizierung und den neuen Ausbildungen stellen wir sicher, dass hinter der Marke Samariter Substanz und eine hohe Qualität steht. Dazu gehört natürlich auch ein einheitlicher Auftritt.

*Hier stellen sich jedoch einige die Frage, ob dieser zunehmend professionelle Auftritt nicht der Grundidee der Freiwilligkeit widerspricht.*

Die Samariterinnen und Samariter vollziehen hier durchaus eine Gratwanderung. Doch ein professioneller Auftritt und eine hohe Qualität der Ausbildung und Dienstleistungen heisst in erster Linie, dass sie ihre Tätigkeit mit professioneller Kompetenz ausüben, und dies zum grössten Teil freiwillig. Allerdings

Individualkursen, wie dies in Waadt und Genf geschieht. Jeder muss das für ihn Richtige wählen.

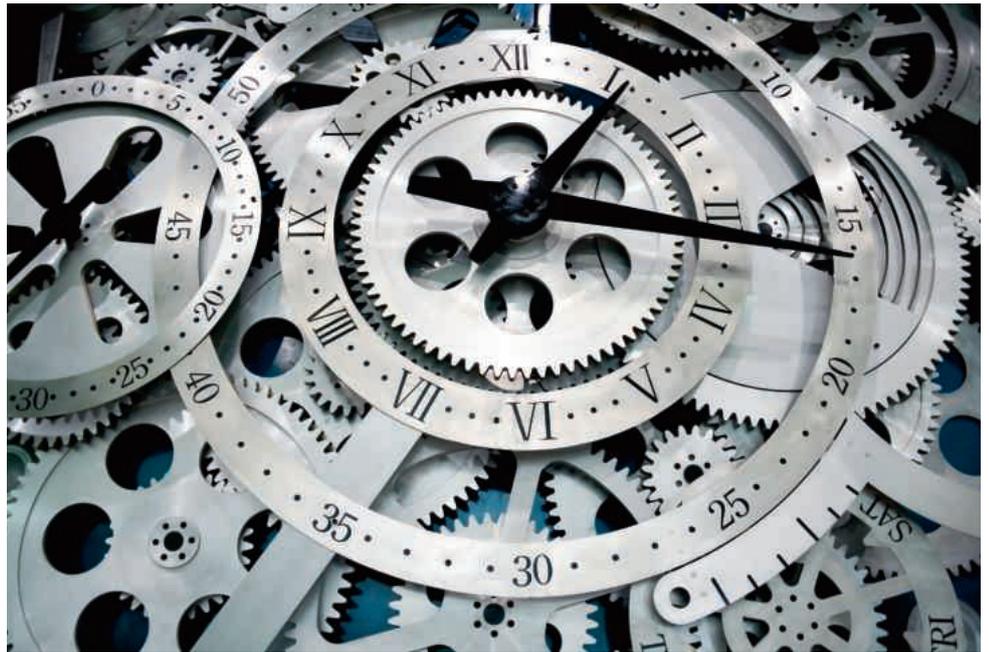
Für mich war es aber immer ein grosses Anliegen, dass der SSB eine Freiwilligenorganisation bleibt. Ich kann die Arbeit der Samariterinnen und Samariter gar nicht genug wertschätzen. Sie sind wichtige Werteträger in unserer Gesellschaft, denn sie setzen sich dafür ein, Menschen zu

**«Unser Ausbildungskader hat sich auf ein Topniveau katapultiert.»**

Energie für ihn einsetzen. Ich bin zudem froh, dass ich den Umstrukturierungsprozess noch begleiten konnte.

Doch nach elf Jahren als Präsidentin und mit fast 72 Jahren halte ich es für eine vernünftige Entscheidung, das Geschehen des Verbands jetzt in andere Hände zu geben.

Die Findungskommission war seit Mitte 2015 auf der Suche nach einer geeigneten Persönlichkeit, die dem anspruchsvollen



**Ausbildung, Lehrmittel, Jugendförderung und Zertifizierung: Wie die Bauteile eines Uhrwerks sind diese Themen miteinander verzahnt.**

befähigen, sich selber und anderen zu helfen. Sie tun dies mit einem riesigen persönlichen Zeitaufwand und in einer zunehmend egoistischen und materialistisch veranlagten Gesellschaft. Dieses uneigennütziges Engagement war für mich in all den Jahren meiner Präsidentschaft stets ein starker Antriebsmotor.

*Auch für Sie wird sich 2017 einiges verändern, da Sie sich an der Abgeordnetenversammlung im Juni nicht mehr zur Wiederwahl stellen.*

Profil entspricht, über grosse Führungserfahrung verfügt, sehr gut politisch und wirtschaftlich vernetzt ist und die für den SSB auf höchster Regierungsebene lobbyieren kann. Zudem sollte die Person bewusst von ausserhalb des SSB kommen und über ergänzende spezifische Kompetenzen verfügen, denn das Samariterwesen ist mit acht gestandenen Samariterinnen und Samaritern aus allen Ebenen bereits im Zentralvorstand vertreten.

Ich freue mich, dass der Zentralvorstand nun an der nächsten Abgeordnetenversammlung die Kandidatur von alt Regierungs- und Nationalrätin Regine Aepli empfehlen wird. An der Herbstkonferenz hat diese Kandidatur anlässlich einer von den Kantonalverbandspräsidentinnen und -präsidenten gewünschte Konsultativabstimmung eine sehr grosse Mehrheit auf sich vereinigt. Ich bin sicher, dass Regine Aepli die verschiedenen Personen und Ausrichtungen innerhalb des SSB kompetent verbinden und in die Zukunft führen kann.

**«Samariterinnen und Samariter üben ihre Tätigkeit mit professioneller Kompetenz aus.»**

gibt es in unserem vielfältigen Verband auch das Modell, wo etwa ein Kantonalverband Kursleiter 2 einstellt für die Erteilung von

Das war keine leichte Entscheidung, denn der SSB liegt mir sehr am Herzen und ich werde mich auch weiterhin mit Herzblut und



# Der Königsweg. Twerenbold Busreisen.

Die Königsklasse von Twerenbold Busreisen macht ihrem Namen alle Ehre: 90 cm Sitzabstand, 3er Bestuhlung statt der üblichen 4er Bestuhlung und reisen in kleinen Gruppen zu maximal 30 Personen. Mehr Luxus und Entspannung finden Sie in keiner anderen Busklasse. Erleben Sie Erholung pur schon auf den ersten Blick.

Mehr unter [www.twerenbold.ch](http://www.twerenbold.ch)

## Farbenprächtiges Andalusien

- ✓ Die herausragendsten Städte Andalusiens
- ✓ Alhambra und Generalife-Gärten
- ✓ Spanische Metropolen Madrid und Barcelona

### Ihr Reiseprogramm

#### 1. Tag: Schweiz–Fahrt nach Perpignan.

#### 2. Tag: Perpignan–Zaragoza.

Wir erreichen Zaragoza, die frühere Hauptstadt des Königreiches Aragonien. Geführter Altstadttrudgang mit Führung in der beeindruckenden Basilica «Nuestra Señora del Pilar». Die grandiose Wallfahrtskirche mit ihren insgesamt elf Kuppeln ist eines der bedeutendsten Marienheiligtümer Spaniens.

#### 3. Tag: Zaragoza–Madrid–Toledo.

Geführte Stadtbesichtigung in Madrid. Elegante Parks und Alleen voller schmucker Geschäfte und Springbrunnen sowie eine malerische Altstadt um den anmutigen Plaza Mayor bestimmen das Bild der Stadt. Weiterfahrt nach Toledo.

#### 4. Tag: Toledo.

Toledo fällt in erster Linie durch seine spektakuläre Lage oberhalb der Tajo-Schlucht auf. Bei einem geführten Rundgang durch die Altstadt entdecken wir die verwinkelten Gassen sowie die riesige Kathedrale. Nachmittag zur freien Verfügung.

#### 5. Tag: Toledo–Córdoba.

Weiterfahrt in die geschichtsträchtige Stadt Córdoba. Nach

der Ankunft haben wir Zeit, das einzigartige Flair der Stadt mit ihren weissgetünchten Häusern individuell zu geniessen.

#### 6. Tag: Córdoba–Carmona–Sevilla.

Die bedeutendste Sehenswürdigkeit von Córdoba ist die Moschee (Mezquita). Geführte Besichtigung. Auf der Weiterfahrt nach Sevilla Besuch der typisch andalusischen Kleinstadt Carmona, die sich über der Guadalquivir-Ebene erhebt.

#### 7. Tag: Sevilla.

Noch heute zeugen in der Altstadt von Sevilla zahlreiche Bauwerke von der arabischen Vergangenheit. Besuch des historischen Zentrums. Freier Nachmittag.

#### 8. Tag: Sevilla–Ronda–Granada.

Entlang der Route der Weissen Dörfer erreichen wir das an atemberaubender Lage, am Rande einer tiefen Schlucht gelegene Ronda. Besichtigung der berühmten Stierkampfarena und Rundgang durch die lebendige und charmante Altstadt. Abends erreichen wir Granada.

#### 9. Tag: Granada und Alhambra.

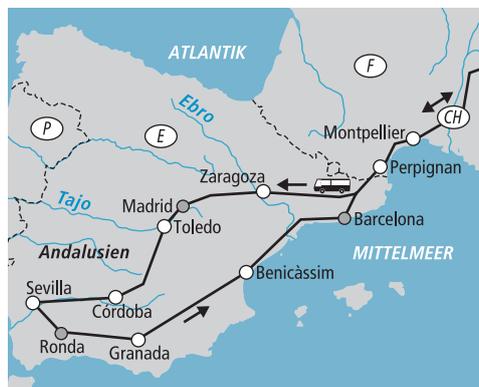
Geführte Besichtigung des maurischen Palastes Alhambra und der Generalife-Gärten. Die arabische, mystisch wirkende Atmosphäre ist einzigartig. Freie Zeit am Nachmittag.

#### 10. Tag: Granada–Fahrt nach Benicàssim.

#### 11. Tag: Benicàssim–Barcelona–Montpellier.

Freie Zeit in Barcelona. Weiterfahrt nach Montpellier.

#### 12. Tag: Montpellier–Rückfahrt in die Schweiz.



12 Tage ab Fr. **1395.-**

TOP PREIS

Pro Person in Fr.

Katalog-Preis

Sofort Preis\*

12 Tage gemäss Programm

2160

1945

**Spartaten in Komfortklasse**

Reise 6, 11 und 12

1395

**Reduktion**

März-Hit, Reise 1

– 150

### Reisedaten 2017 (Mi – So)

1: 29.03.–09.04.	7: 10.05.–21.05.
2: 05.04.–16.04.	8: 06.09.–17.09.
3: 12.04.–23.04.	9: 13.09.–24.09.
4: 19.04.–30.04.	10: 20.09.–01.10.
5: 26.04.–07.05.	11: 27.09.–08.10.
6: 03.05.–14.05.	12: 04.10.–15.10.

### Unsere Leistungen

- Fahrt mit Königsklasse-Luxusbus – Spartaten mit Komfortklasse-Bus
- Unterkunft in guten Mittel- und Erstklasshotels
- 9 x Halbpension, 2 x Frühstück (7. und 9. Tag)
- Ausflüge, Eintritte, Besichtigungen gem. Programm
- Audio-System auf Rundgängen
- Erfahrener Reisechauffeur

### Nicht inbegriffen

- Einzelzimmerzuschlag **395**
- Annullationschutz und Assistance-Versicherung **34**
- Auftragspauschale (entfällt bei Online-Buchung) **20**

Hotel	Nächte	T-Kat.	off.Kat.
Des Arcades, Perpignan	1	T-●●●*	***
NH, Zaragoza	1	T-●●●*	***
Beatriz, Toledo	2	T-●●●*	****
Hesperia Córdoba	1	T-●●●*	****
Tryp Macarena, Sevilla	2	T-●●●*	****
Saray, Granada	2	T-●●●*	****
Intur, Benicàssim	1	T-●●●*	****
Novotel, Montpellier	1	T-●●●*	****

\*SOFORT-PREISE ca. 50% der Plätze buchbar bis max. 1 Monat vor Abreise. Bei starker Nachfrage: Verkauf zum KATALOG-PREIS.



Internet Buchungscode Königsklasse



Spartaten



Jetzt buchen [www.twerenbold.ch](http://www.twerenbold.ch) oder 056 484 84 84

**Abfahrtsorte:** Wil Winterthur, Basel, Pratteln Zürich-Flughafen Aarau, Baden-Rüthof Burgdorf   
**Auftragspauschale:** Von Fr. 20.– pro Person entfällt bei Buchung über [www.twerenbold.ch](http://www.twerenbold.ch)  
**Nicht inbegriffen:** Einzelzimmerzuschläge, fak. Ausflüge, Annullationschutz und Assistance-Versicherungen

Reisen in guter Gesellschaft   
**TWERENBOLD**

# Lerninhalte mit Spiel und Spass verbinden

Anfang Dezember fand der Workshop «Arbeiten mit Kindern und Jugendlichen» gleichzeitig an zwei Orten in der Schweiz statt. Dabei konnten die Teilnehmenden spielerisch viele Erkenntnisse gewinnen, Erfahrungen sammeln und einen Tag voller intensiver Diskussionen geniessen.



Ein Korb voller Diskussionspunkte.

**Text: Sonja Wenger. Mitarbeit: Melanie Fussen, Samira Bakari. Fotos: Samira Bakari, Sonja Wenger**

Gut ist die Stimmung, herzlich und gelöst, als sich kurz nach neun Uhr die acht Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie die Kursleiterin Cordula Equey im Lokal des Samaritervereins in Les Hauts-Geneveys treffen. Die kleine Gemeinde liegt rund zehn Kilometer nordwestlich von Neuchâtel mitten in den sanften Hügeln des Jura. Hier findet an diesem Samstag Anfang Dezember der Workshop «Arbeiten mit Kindern und Jugendlichen» statt.

Dieses Zusatzmodul ist für alle Samariterinnen und Samariter obligatorisch, die – der Name sagt es – in der Jugendarbeit tätig sein oder etwa das Projekt Schulsamariter in ihrem Verein umsetzen wollen. Ausgenommen von dieser Regel sind Personen, die bereits über eine pädagogische Ausbildung verfügen oder die eine der neuen Jugendkaderausbildungen des Schweizerischen Samariterbunds absolviert haben.

So breit gefasst wie das Zielpublikum, so divers ist auch die kleine Gruppe in Les Hauts-Geneveys. Die Frauen und Männer sind zwischen 22 und 60 Jahre alt, haben aber alle bereits viel – teils langjährige – Er-

fahrung mit der Arbeit in Samariter-Jugendgruppen. Nicht alle kennen sich. Entsprechend spannend gestaltet sich bereits die Vorstellungsrunde, zu der die Journalistin zwecks zahlenmässigem Ausgleich der Gruppe liebevoll gleich mit verknurrt wird.

Dafür greift man sich dann aus einer Spielkiste ein Spielzeug – von der lädierten Barbiepuppe zum braunen Eisbären bis hin zu bunten Malstiften findet sich darin für jede und jeden etwas – und baut das gewählte Objekt bei der Vorstellung der eigenen Person mit ein. Danach schreiben alle ihre persönlichen Erwartungen an den Workshop auf ein Blatt und hängen es an einer



Die beiden Gruppen in Herisau.

bunten Leine auf. Und in einem nächsten Schritt werden die bereitliegenden Luftballons – samt geheimnisvollem Inhalt – aufgeblasen und mit einer langen Schnur um das Bein gebunden.

### Ein Ballonknall als Startschuss

Etwa zur selben Zeit an diesem Morgen, rund 180 Kilometer Luftlinie entfernt im appenzelischen Herisau, binden sich gleich 37 Personen im selben Workshop diese Luftballons um die Beine. In zwei Gruppen aufgeteilt und unter der Kursleitung von Manuela Gerig und Melanie Fussen, haben auch hier alle dieselben Ziele: Sich austauschen, Erfahrungen sammeln und fit werden für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen.

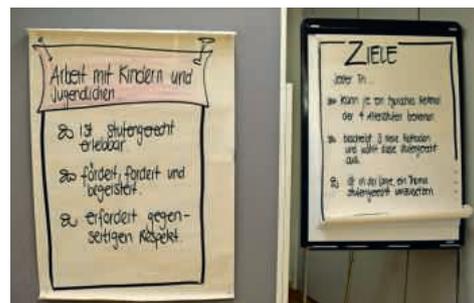
In den grossen Gruppen ist die Dynamik so früh im Kurs noch etwas verhaltener als in der Romandie. Das ändert sich jedoch schlagartig, als der erste Ballon mit einem lauten Knall zerplatzt. Nun gibt es kein Halten mehr, und hier wie dort machen die Teilnehmenden wilde Jagd auf die Ballone der anderen. Bald geht den Ersten der Schnauf aus, doch einige ruhen nicht, bis am Ende alle Ballons in Fetzen sind. Mit den Puzzleteilen verschiedener Fragebögen, die in den Ballons verborgen waren, werden nun die Gruppen der ersten grossen Diskussionsrunde zusammengesetzt.

Bei den anschliessenden intensiven Gesprächen geht es um verschiedene Aspekte der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Dabei werden innerhalb der Gruppen erst Fragen über den altersgerechten Umgang mit jungen Menschen, nach der Motivation für beide Seiten sowie zum Thema gegenseitiger Respekt diskutiert und danach in der grossen Runde ausgetauscht. Auffallend ist dabei die inhaltliche Tiefe der Aussagen, die durch viele Beispiele und Geschichten aus dem Alltag und Erfahrungsschatz der Teilnehmenden ergänzt werden.

### Lernen, Grenzen zu setzen

Im selben Stil geht es danach weiter mit dem Ballspiel. Allerdings werden dabei die Bälle, auf denen jeweils ein Stichwort notiert ist, nicht geworfen. Vielmehr dienen sie den Teilnehmenden als Gedächtnisstütze beim Sammeln der Gedanken, denn es sind viele Dinge, die einem in dieser Runde durch den Kopf schwirren. Die erörterten Inhalte drehen sich dabei um Themen wie «Neugierde», «Energie», «Motivation», «Grenzen setzen», «roter Faden», «Körperkontakt», «Bewegung», «Methoden», «Freude», «Kumpel sein» oder «ernst nehmen».

Die Erkenntnisse aus dieser Runde sind vielfältig. Der Austausch nimmt viel Zeit in



Fördern und fordern.

Anspruch, da dabei auch einige Problemthemen angesprochen werden, die in Jugendgruppen immer wieder aufkommen können, so beispielsweise der Umgang mit Körperkontakt unter den Kindern, wenn sie älter werden, Fragen nach dem Umgang mit Konflikten oder die grosse Herausforderung an die Jugendleiterinnen und -leiter, stets authentisch zu sein.

Auffallend in den Diskussionsrunden ist das immer wiederkehrende Thema Respekt. Konsens ist, dass ein gegenseitig respektvoller Umgang zwar einer der wichtigsten Aspekte in der Jugendarbeit darstellt, doch nicht selbstverständlich vorausgesetzt werden kann. Stattdessen gilt es, Respekt für sich und für andere stets aufs Neue zu erarbeiten. Man kann ihn nicht nur einfordern, sondern muss ihn in erster Linie schenken, in dem man sein Gegenüber ernst nimmt und gerade auch kleinen Kindern eine Stimme gibt. Andere Elemente, die zu einem respektvollen Umgang führen, sind klar gesetzte Grenzen – so herrscht in einer Samariter-Jugendgruppe sicherlich ein familiärer Umgang, doch sind die Jugendleiterinnen und -leiter nicht die «Kumpels» der Kinder.

### Stufen- und altersgerecht unterrichten

Bei derart intensiven Diskussionen verfliegt die Zeit schnell – auch wenn die Jugendleiterinnen sehr darauf achten, dass bei den oft überschneidenden Themen nicht zu viel Doppelspurigkeit entsteht. Bevor es in Les Hauts-Geneveys wie auch in Herisau zum gemeinsamen Mittagessen geht, steht aber noch eine Lektion an, bei der es um die wichtige Frage geht, welche Übungen und Spiele denn alters-, respektive stufengerecht sind.

Vermittelt wird dies den Teilnehmenden mit einem Spiel, in welchem verschiedene Stichworte aus Filmen dem richtigen Filmtitel zugeordnet werden müssen. Bei dieser Übung zeigt sich auf lustige Art deutlich, wer in welchem Jahrzehnt gross geworden ist, denn die verwendeten Filme stammen blockmässig jeweils aus einer spezifischen Generation. Alle Teilnehmenden drücken dann auch ihr Erstaunen darüber aus, wie einfach es sein kann,

## «Gut zu wissen»

### «Arbeiten mit Kindern und Jugendlichen» 2017

Im Extranet unter Bildung und Kurswesen > Ausbildungskader NEU > Ausbildung Jugend > Daten 2017 finden Sie die nächsten Daten und alle Informationen zum Workshop «Arbeiten mit Kindern und Jugendlichen».

In deutscher Sprache, Austragungsort jeweils Nottwil

6. Mai 2017; 7. Mai 2017; 8. Juli 2017; 9. Juli 2017; 2. September 2017;

3. September 2017

In französischer Sprache, Austragungsort: Gollion

9. September 2017

In italienischer Sprache: in Planung.

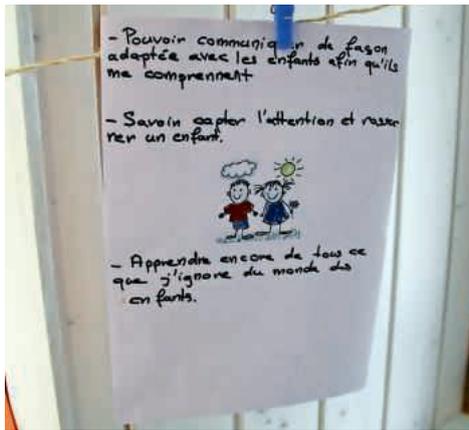
am «eigenen Leib zu erfahren», was «nicht verstehen» bedeutet. Diese Erkenntnis kann sehr hilfreich sein, um sich besser in andere hineinzusetzen und bei der Vorbereitung von Übungen stets den Wissensstand des «Zielpublikums» im Auge zu behalten.

Dass der Mensch, egal welchen Alters, eindeutig ein Homo ludens, also ein «spielender Mensch» ist, der seine Fähigkeiten vor allem über das Spiel entwickelt, zeigt sich auch im Nachmittagsprogramm des Workshops anschaulich. Dort erlernen die Teilnehmenden eine ganze Serie Spiele und kreative Methoden, die sie später für den stufengerechten Aufbau von Lektionen oder Übungen einsetzen können. Eines von mehreren Beispielen ist die Übung für das Erlernen und die Repetition der Notfallnummern. Auf der Stufe der Kindergärtner gibt es dafür ein Lied, das von einem bekannten Kinderlied abgeleitet wurde. Für die Unterstufe wurde zu diesem Zweck ein Radiospiel erstellt. Die Mittelstufe spielt die Nummer mit «auf den Rücken malen». Und die «Grossen» der Oberstufe müssen gewisse Wortkombinationen pantomimisch darstellen.

### Wertvolle Werkzeugkiste

Nun ist der Workshop «Arbeiten mit Kindern und Jugendlichen» nicht neu und dessen Inhalte wurden zwar aktualisiert, haben sich aber nicht verändert. Verändert hat sich jedoch die Art und Weise der Vermittlung, denn auch dieses Ausbildungsmodul beruht inzwischen auf der neuen Lernphilosophie des Schweizerischen Samariterbunds. Kern dieser Philosophie ist es, die Teilnehmenden machen zu lassen, ihre Erfahrungen mit einzubinden und eine Sensibilität dafür zu schaffen, dass es nur sehr selten die eine richtige Lösung für eine Aufgabe gibt.

Stattdessen sollen die Teilnehmenden lernen, dass die Arbeit mit jungen Menschen viel



Auf der Suche nach Inspirationen.

persönliche Flexibilität voraussetzt. Sei es, um als Jugendleiterin oder -leiter auf die jeweiligen Begebenheiten eingehen zu können, oder um bei Bedarf auch ad hoc Anpassungen am Programm zu machen, wenn etwa eine Stimmung kippt oder unerwartet eine Auflockerung notwendig wird. Der Workshop versorgt einen deshalb mit einer ganzen Werkzeugkiste an Wissen, Methoden oder Spielen.

Allerdings eignen sich die Erkenntnisse, die in diesem Workshop gewonnen werden können, nicht nur für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Viele Elemente sind für Erwachsene auch im Alltag oder im Berufsleben anwendbar. So kann das beschriebene Ballspiel jederzeit auf andere Themen angepasst werden und eignet sich hervorragend, um etwa in einem Lager Spielregeln aufzustellen, aber auch um allgemeingültige Werte oder komplexe Themen zu visualisieren. Und entsprechend können auch erfahrene Jugendleiterinnen und -leiter von diesem Workshop profitieren, der nach anregenden Spielen und intensiven Diskussionen durch einen Informationsblock über das Projekt «Schulsamariter – Schülerinnen und Schüler lernen Erste Hilfe» abgerundet wird. •



Die Teilnehmenden in Les Hauts-Geneveys.

## Die Zentralsekretärin

### Eine neue Ära

Ein neues Jahr bedeutet immer auch, dass von allen Seiten viele gute Wünsche kommen, oft ambitionöse Vorsätze getroffen werden, ein Neuanfang ansteht. Für die einen sind dies nur neue Kalenderblätter. In der Wahrnehmung der anderen ist es eine Zäsur. Doch für den Schweizerischen Samariterbund ist 2017 nicht weniger als der Beginn einer neuen Ära.

Seit Ende letzten Jahres verfügt unsere Organisation offiziell über die Zertifizierung des Interverbands für Rettungswesen. Bei den Lehrmaterialien haben wir definitiv den Schritt ins digitale Zeitalter vollzogen. Mit den neuen Jugendkaderausbildungen verfügen wir in Zukunft über eine attraktive Nachwuchsförderung. Und auch in anderen Bereichen kommen nun zukunftsweisende Umstrukturierungen zum Tragen.

Es ist also nicht vermessen zu sagen, dass unsere Mitglieder Neuland betreten, dass sie Teil haben an einem enormen Innovationsschub, wie Zentralpräsidentin Monika Dusong die Errungenschaften in ihrem Jahresgespräch bezeichnet. Noch nicht sind alle Projekte abgeschlossen und bei vielen Dingen geht es nun um die praktische Umsetzung und Anwendung. Doch Innovation bedeutet nicht nur Veränderung und manchmal viel Arbeit. Definitionsgemäss ist Innovation stets auch ein schöpferischer Prozess, der Bestehendes umgestaltet und verbessert, bei dem man viel lernen kann, der Spass macht und der anregend wirkt. Dinge also, die Samariterinnen und Samariter besonders schätzen, wie ich in vielen Gesprächen mit unseren Vereinsmitgliedern immer wieder erfahren darf.



Ich wünsche Ihnen einen guten Start ins neue Jahr und viele bereichernde Erfahrungen.

Regina Gorza

# Arnica C30



## Praktisch ...

- für unterwegs
- auf Wanderungen
- beim Sport
  
- auch für Tiere geeignet
- einfache Dosierung mit Dosierhilfe

OMIDA AG • Homöopathische Arzneimittel  
Erlistrasse 2 • Postfach 271 • 6403 Küssnacht am Rigi • [www.omida.ch](http://www.omida.ch)



## TEXAID



## LIEBE SAMARITERINNEN, LIEBE SAMARITER

Ich möchte mich bei Ihnen für die sehr gute Zusammenarbeit im vergangenen Jahr bedanken. Auch in diesem Jahr wird es wichtig sein, unsere Partnerschaft in den verschiedenen Regionen weiter zu stärken und einander zu unterstützen. Voraussetzung dafür ist auch ein guter Informationsfluss. Bitte melden Sie uns personelle Veränderungen in Ihrem Verein, damit wir stets auf dem aktuellen Stand sind (an: [info@texaid.ch](mailto:info@texaid.ch)).

Damit Ihr lokaler Samariterverein auch weiterhin von den Vergütungen aus den Containersammlungen profitieren kann, ist ein guter Kontakt Ihrerseits zur Gemeinde von grossem Vorteil. Nur wenn die Gemeinde weiss, dass die Vergütungen für Ihren Verein und Ihre wertvolle gemeinnützige Arbeit unentbehrlich sind, wird sie sich für die Erhaltung einsetzen.

Ich freue mich auf ein erfolgreiches Jahr 2017 und eine weiterhin gelungene Zusammenarbeit. Gerne stehe ich sowie unser regionaler Aussendienst für Fragen und Anregungen zur Verfügung ([p.kost@texaid.ch](mailto:p.kost@texaid.ch)).

Peter Kost  
Vertriebsleiter

[www.texaid.ch](http://www.texaid.ch)

# Rückblick auf ein turbulentes Jahr

Ein gemütlicher Austausch unter Gleichgesinnten, spannende Informationen und vor allem viele positive Nachrichten erwarteten die Geladenen am Tag der Ehemaligen Anfang Dezember.



Begrüßungsrede von Zentralpräsidentin Monika Dusong im Konzertsaal des Stadttheaters Olten.

Fast fünfzig Gäste durfte der Schweizerische Samariterbund Anfang Dezember im mondänen Konzertsaal des Stadttheaters in Olten zum Tag der Ehemaligen 2016 begrüßen. Einmal jährlich treffen sich dabei Ehrenmitglieder des Schweizerischen Samariterbunds, ehemalige Mitglieder des Zentralvorstands und der Kommissionen, ehemalige Präsidentinnen und Präsidenten der Kantonalverbände, ehemalige Chefinstruktorinnen und Chefinstruktoren sowie pensionierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Zentralsekretariats zum geselligen Austausch und Beisammensein bei Speis und Trank, aber auch, um mehr über aktuelle Projekte und Entwicklungen aus der Samariterwelt zu erfahren.

Nach dem musikalischen Auftakt durch die multikulturellen Melodien des Zürcher Trios «Contes et Rondes», welche viel Schwung ins

Publikum brachten und wohl auch einige von wärmeren Gefilden träumen liess, begrüßte Zentralpräsidentin Monika Dusong die Anwesenden. In ihrer Eröffnungsrede blickte Monika Dusong nicht nur auf ein turbulentes Jahr zurück, sondern durfte den Gästen auch einige erfreuliche Nachrichten überbringen. So verfügt der Schweizerische Samariterbund seit November offiziell über die Zertifizierung durch den Interverband für Rettungswesen. Die neuen Funktionen und Ausbildungslehrgänge des Jugendkaders sind erfolgreich gestartet. Und: Das digitale Lehrmittel für die Ersthelferausbildung ist einsatzbereit.

Das digitale Lehrmittel war dann auch Bestandteil im anschließenden Informationsblock. Anhand einer kurzen Demonstration zeigte Christoph Meier, der im Zentralsekretariat für das neue Lehrmittel als Projektleiter verantwortlich zeichnet, mit welchen

modernen Instrumenten Kursleiterinnen und Kursleiter zukünftig arbeiten werden. Des Weiteren stellte Stephan Hoenner, Leiter Marketing und Kommunikation, vor, wie die verschiedenen Kommunikationsmittel – darunter speziell das Extranet und die Verbandszeitschrift «Samariter» – zukünftig konzipiert und aufeinanderabgestimmt werden sollen, damit jede Samariterin und jeder Samariter jederzeit alle nötigen und relevanten Informationen erhalten. Und Roger Hayoz vom Team Jugend und Organisationsentwicklung präsentierte die Ausbildung für die neue Funktion «Vereinscoach», einer wichtigen Schnittstelle zwischen den Vorstandsmitgliedern der Samaritervereine und den Kantonalverbänden.

Text und Fotos: Sonja Wenger



Es gab viele Erinnerungen auszutauschen und Geschichten zu erzählen.



**Wir bedanken  
uns bei der  
Basler Versicherung  
herzlich für fünf  
erfolgreiche Jahre der  
Zusammenarbeit.  
Alles Gute für die Zukunft!**

Schweizerischer Samariterbund

**3M** Science.  
Applied to Life.™



**3M™ Cavilon™**  
Langzeit-Hautschutz Creme

Schützt Ihre Haut vor Feuchtigkeit und Reizstoffen.  
Wirksamer Schutz gegen Nässe bei

- Inkontinenz
- analem Juckreiz
- Hautreizungen
- Windeldermatitis
- häufigem Pflasterwechsel
- Intertrigo

[www.cavilon.ch](http://www.cavilon.ch)

# Im Zentrum stehen die Arbeit und das Engagement der Samariterinnen und Samariter

**Samariterinnen und Samariter geben Kurse in Erster Hilfe, leisten bei kulturellen, sportlichen und gewerblichen Anlässen Sanitätsdienste, helfen bei Blutspendeaktionen und Altkleidersammlungen mit und sind wichtige Partner der institutionalisierten Rettungsdienste. Die Samariterinnen und Samariter und ihr unermüdliches Engagement sind die Hauptbotschaften der diesjährigen Samaritersammlung vom 21. August bis 2. September.**

Wie jedes Jahr können die Vereine Listen-, Strassen- oder Kontosammlungen durchführen. Nachfolgend die Vorstellung der Werbemittel, die Ihnen für die Sammlung zur Verfügung stehen.

## Sammlungszeitung

Die Sammlungszeitung informiert über die Samariterarbeit und zeigt den Spenderinnen und Spendern auf, wem und für was ihre Spenden zu Gute kommen. Dabei wird umfangreicher und vertiefter auf die Arbeit der Samaritervereine eingegangen. So wird etwa anhand einer Reportage und eines Einsatzberichtes erzählt, welcher lokale und gesellschaftliche Nutzen durch das Engagement und die Leistungen der Samariterarbeit entsteht. In der Sammlungszeitung wird auch auf das Kurswesen, die Sanitätsdienste und die weiteren Leistungen wie Altkleidersammlungen oder Betreuungsdienste hingewiesen. Der Spendenauftrag der Bundespräsidentin wird dabei das Engagement der Samariterinnen und Samariter unterstreichen. Selbstverständlich werden eine Rätselseite mit Wettbewerb und ein neues Apothekenangebot nicht fehlen.

## Wissen und Tipps

Zu der Sammlungszeitung, die über die Arbeit und den gesellschaftlichen Nutzen der Samariterinnen und Samariter informiert, gibt es ein Taschenbüchlein mit kompaktem Wissen und wertvollen Informationen: Was ist zu tun bei Vergiftungen, bei Nasenbluten, bei Herz-Kreislauf-Beschwerden; wie muss ich im Notfall vorgehen

oder wie leiste ich Erste Hilfe bei einer Schnittwunde sind nur einige Themen, die in «Wissen und Tipps» kurz und verständlich aufgenommen und ausgeführt werden. Mit dem handlichen Taschenbüchlein, das gratis abgegeben wird, zeigen wir einerseits unser Fachwissen, andererseits profitieren die potenziellen Spenderinnen und Spender direkt – indem wir unser Wissen weitergeben.

## Streuartikel: Traubenzucker oder Pflasterset

Sie haben die Wahl! Traubenzucker oder Pflasterset. Mit diesen kleinen Bhaltis, bei denen die potenziellen Spenderinnen und Spender direkt profitieren, wenn auch nur in kleinem

Mass, schaffen Sie einen positiven Moment und einen guten Einstieg in ein Gespräch.

Daneben stehen den Vereinen Plakate, Füllerinserate, Eventmaterial, Presseunterlagen sowie eine Briefvorlage für die Kontosammlung zur Verfügung.

*Bei Kontosammlung Kräfte bündeln und Aufwand und Kosten senken: Beachten Sie dazu bitte den Beitrag in der Planungsbroschüre 2017 sowie die Umfrage im Extranet.*

---

## Termine

- **Ende Januar 2017:** Versand sowie Aufschaltung Bestellformular und Sammlungsleitfaden auf Extranet
- **Ab 20. Februar 2017:** Aufschaltung Sammlungszeitung, Wissen und Tipps, Briefvorlage für Kontosammlung sowie Muster Traubenzucker und Pflasterset zur Ansicht auf Extranet
- **Bis 31. März 2017:** Bestellung Sammlungsunterlagen (nach dem 31. März können keine Give-Aways mehr bestellt werden)
- **Woche 26:** Auslieferung Sammlungsunterlagen
- **Woche 27:** Aufschaltung Füllerinserate und Presseunterlagen auf Extranet
- **Woche 32:** Auslieferung Sammlungsunterlagen
- Parallel erfolgen Informationen an die Kommunikations- und Sammlungsbeauftragten per Rundmail und Newsletter

Gerne berät der Bereich Marketing/Kommunikation die Vereine über Vor- und Nachteile der verschiedenen Sammlungsarten. Auch für Anregungen und Fragen sind wir gerne für Sie da: [marketing@samariter.ch](mailto:marketing@samariter.ch)

Unterlagen ab Ende Januar 2017 im Extranet:

[www.samariter.ch](http://www.samariter.ch) > Extranet > Marketing > Sammlung

---



Sujets 2016



Auch 2017 geben Samariterinnen und Samariter den Sammlungsunterlagen ein Gesicht. Sie stehen hinter der wichtigen Arbeit der Samariterbewegung, von der jede Person in der Schweiz profitieren kann. Mit einer Spende für die Samariterbewegung kann ein wertvoller Beitrag für die Gesellschaft geleistet werden.

Bewusst führen wir die Kampagne von letztem Jahr mit neuen Sujets weiter. Wir fördern so eine stärkere Verankerung von Marke und Botschaft.

**Wir suchen Sie!**

Für die Umsetzung der Sammlungsunterlagen suchen wir Samariterinnen und Samariter aus allen Landesteilen und aus unterschiedlichsten Berufen.

Optimal ist es, wenn wir Samariterinnen und Samariter bei ihrer Arbeit in Arbeitskleidung fotografieren können (wie z.B. die Köchin in der Küche oder der Schreiner in der Werkstatt ...). Die Fotoaufnahmen sind ab 23. Januar bis Ende März 2017 geplant.

Möchten Sie als Protagonistin oder als Protagonist der Samariterbewegung ein Gesicht geben: Dann melden Sie sich beim Bereich Marketing/Kommunikation: [marketing@samariter.ch](mailto:marketing@samariter.ch)

Merci.

Entwurf Sujet 2017  
(Bild und Inhalt noch in Arbeit)



Samaritervereine Acquarossa-Serravalle und Blenio (TI)

## Pilotprojekt: Zusammenarbeit zwischen Samaritervereinen und Spitex

**Die Nutzerinnen und Nutzer der Dienstleistungsorganisation Spitex sollen zukünftig im Bleniotal nicht nur die nötige Kranken- oder Alterspflege erhalten, sondern auch in ihren sozialen, emotionalen und gesellschaftlichen Bedürfnissen begleitet werden. Hier übernehmen die lokalen Samariterinnen und Samariter eine neue und wichtige Rolle.**

Im Laufe des Jahres 2015 haben zwei Samaritervereine im Tessiner Bleniotal den Weg geebnet für eine Zusammenarbeit mit dem Servizio d'assistenza e cura a domicilio (SACD), dem Tessiner Kantonalverband der Dienstleistungsorganisation Spitex.

Die Idee dazu stammte von der Samariterin Paola Wyder aus Aquila-Dangio, die zuvor den Lehrgang zur Krankenschwester der Fachhochschule der italienischen Schweiz SUPSI absolviert hatte. Für ihre Diplomarbeit musste sie ein Projekt von der Theorie in die Praxis umsetzen.

### Unterschiedliche Betreuungsbedürfnisse

Paola Wyder wählte dafür ein Thema, das auf ihrer Erfahrung basiert, so gut wie nie alle Bedürfnisse der zu pflegenden Personen befriedigen zu können, insbesondere nicht, wenn es dabei um soziale Kontakte geht oder der Wunsch nach etwas Gesellschaft besteht. Ihre These wurde gestützt durch Daten der Spitex, die diese im Zusammenhang mit einer Qualitätsumfrage bei von ihr betreuten Personen und deren Familienangehörigen erhoben hatte. Und auch eine Umfrage, die von der SUPSI im Auftrag des Kantons durchgeführt worden war, kam zum Schluss, dass die Bedürfnisse pflegebedürftiger Personen oft nicht Teil der Krankenpflege sind.

Davon ausgehend entstand die Idee, eine soziale Dienstleistung anzubieten, die zwar von Freiwilligen geleistet wird, damit aber direkt die Arbeit der Spitex unterstützt. Entsprechend naheliegend war es dann auch, dafür Samaritervereine mit einzubinden, die bereits seit langem in diesem Bereich tätig sind.

Das Projekt von Paola Wyder nahm danach schnell konkrete Formen an. Mit der Unterstützung von Seiten der Spitex-Leitung der

Region Tre Valli, von zwei Samaritervereinen und des Kantonalverbands sowie der Vereinigung der Tessiner Freiwilligenorganisationen wurde eine Arbeitsgruppe auf die Beine gestellt und ein Pilotprojekt erarbeitet, das in seiner Form auf kantonaler Ebene bisher einmalig ist.

Den Anfang machten drei Freiwillige, die seither drei pflegebedürftige Personen betreuen. Im Herbst 2016 waren es bereits über ein Dutzend Fälle – Tendenz weiter zunehmend. Und seit letztem Frühling besteht eine Zusammenarbeitsvereinbarung zwischen der Spitex und den beiden involvierten Samaritervereinen.

### Wie funktioniert die Zusammenarbeit?

Eine Pflegefachkraft der Spitex informiert bei Bedarf die Präsidentinnen der Samaritervereine des Bleniotals und teilt mit, was genau die Bedürfnisse der betroffenen Personen sind. Daraufhin wird eine passende freiwillige Betreuungsperson gesucht, die in der Regel einige Stunden pro Woche ihre Zeit schenkt.

Die Erfahrungen werden von allen Seiten bisher als äusserst positiv und sinnstiftend beschrieben, auch weil man mit nur wenig Aufwand das physische und psychische Befinden der betreuten Personen enorm verbessern kann.

Für weitere Informationen stehen die Präsidentinnen der beiden Samaritervereine gerne zur Verfügung. Für den Samariterverein Blenio ist dies Ausilia Canepa (E-Mail: [ausilia.canepa@gmail.com](mailto:ausilia.canepa@gmail.com)), für den Samariterverein Acquarossa-Serravalle ist es Dolores Buzzi (E-Mail: [dolores.buzzi@bluewin.ch](mailto:dolores.buzzi@bluewin.ch))

**Text: Dolores Buzzi, Ausilia Canepa. Fotos: Spitex**



## Prävention

## Kampagne «sicher stehen – sicher gehen»

**Unsere Wahrnehmung von Risiken wird durch viele Faktoren geprägt. Neben dem sozialen Umfeld und dem Geschlecht spielt auch die Berichterstattung in den Medien eine Rolle. Und so erstaunt es nicht, dass das Risiko, in einem Verkehrsunfall getötet zu werden, viel höher eingeschätzt wird als die Wahrscheinlichkeit, wegen eines Sturzes zu sterben. Die Zahlen der bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung – sprechen aber eine deutliche Sprache.**

Nach einem Sturz ist beinahe nichts mehr wie zuvor. 1330 Personen über 60 sterben jedes Jahr an den Folgen eines Sturzes, 12000 erleiden eine Hüftfraktur. Ein Sturz im Alter ist oft gleichbedeutend mit einer Einbusse an Lebensqualität aufgrund einer verminderten Funktionalität und Mobilität. Die Angst vor einem weiteren Sturz ist bei Betroffenen sehr gross und beeinträchtigt nachweislich ihr Verhalten. Sie gehen weniger aus dem Haus, lassen die Spaziergänge aus und schränken sukzessive ihren Bewegungsradius und somit ihr soziales Umfeld ein. Im schlimmsten Fall bedeutet ein Sturz den Verlust der Selbstständigkeit oder den Tod. Für die Betroffenen und ihr Umfeld ist dies eine grosse Belastung.

Ein Blick auf die medizinischen Folgen von Stürzen und die daraus entstehenden materiellen und volkswirtschaftlichen Kosten macht deutlich, warum Sturzprävention im Alter ein zentrales Public-Health-Anliegen ist. Die Stürze von älteren Erwachsenen verursachen jährlich materielle Kosten von rund 1,6 Milliarden Franken. Diese beinhalten etwa die Kosten für Heilung und Pflege. Die gesamten volkswirtschaftlichen Kosten von Stürzen bei Senioren sind um ein Vielfaches höher. Die bfu schätzt sie auf rund 6,8 Milliarden Franken.

**Risikofaktoren für Stürze: Warum stürzen wir?**

Meist spielen verschiedene Faktoren eine Rolle, dass jemand zu Fall kommt. Sturzrisikofaktoren treten im Alter jedoch gehäuft auf. Sie sind mit dem allgemeinen Gesundheitszustand einer Person sowie altersbedingten Veränderungen assoziiert.

Man unterscheidet zwischen intrinsischen (auf den Menschen bezogene: allgemeiner Gesundheitszustand, Alter, Kraft etc.) und extrinsischen (auf die Umwelt bezogene: aufstehende Teppichränder, fehlende Treppengeländer, rutschige Bodenbeläge etc.) Risikofaktoren.

Die wichtigsten Risikofaktoren für einen Sturz sind personenbezogen. Defizite bei der Kraft bedeuten ein 4½-fach erhöhtes Sturz-

risiko. Bei einem Gleichgewichts- oder Gangdefizit ist das Risiko zu stürzen je rund 3-mal höher. Die bfu, Pro Senectute und die Partner Rheumaliga Schweiz, physioswiss sowie Gesundheitsförderung Schweiz lancierten 2016 deshalb die Kampagne «sicher stehen – sicher gehen». Sie motiviert ältere Personen dazu, Kraft- und Gleichgewichtsübungen regelmässig auszuführen, denn beides ist bis ins hohe Alter trainierbar.

**Sturzunfälle im Alter sind keine Selbstverständlichkeit!**

Stürzen gehört nicht unausweichlich zum Alterungsprozess. In einer Vielzahl von Studien konnte nachgewiesen werden, dass regelmässiges Kraft- und Gleichgewichtstraining das Sturz-

risiko vermindert. Aktuelle Untersuchungen zeigen zudem, dass Teilnehmende von fachgerecht angeleiteten Gruppentrainings signifikante Verbesserungen von Kraft und Gleichgewicht erfuhren. Auch Heimtrainings, wenn sie professionell eingeführt worden sind, können Verbesserungen gewisser Parameter bringen.

Die Kampagne «sicher stehen – sicher gehen» geht das Thema Sturzprävention bewusst lustvoll, spielerisch und niederschwellig

an. Sie animiert Männer und Frauen ab der Lebensmitte, sich mehr zu bewegen: Auf [www.sichergehen.ch](http://www.sichergehen.ch) turmt ein Demoteam neun Übungen für Kraft und Gleichgewicht per Videoclip vor.

Ein Kurstool mit über 500 Kursen in den Bereichen Kraft- und Gleichgewichtstraining, Tanz, Tai-Chi, Nordic Walking, FitGym, Rhythmik etc. bietet landesweit Bewegungs- und Trainingsmöglichkeiten für Anfänger und Fortgeschrittene. Neue Kurse werden fortlaufend aufgeschaltet.

Weitere Informationen: [www.sichergehen.ch](http://www.sichergehen.ch)

**Text und Bild: bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung •**



**Wer regelmässig trainiert und damit seine Kraft und sein Gleichgewicht aufrechterhält, bleibt mobil und kann sich die Selbstständigkeit bis ins hohe Alter bewahren.**

Beim Sanitätsdienst häufig gesehen

## Teil 1 – Allgemeiner Aufbau eines Gelenks

# Verletzungen des Knies, am Unterschenkel und am Fuss

**Gelenksverletzungen der unteren Extremitäten sind bei sportlichen Aktivitäten häufig. Auf dem Sanitätsposten begegnen die Samariterinnen und Samariter diesen Verletzungen deshalb regelmässig. In einer dreiteiligen Serie sollen den Samariterinnen und Samaritern deshalb ein Hilfsmittel mitgegeben werden, das ihnen erlaubt, die Dringlichkeit von weiteren Abklärungen bei Knie-, Unterschenkel- und Fussverletzungen zu beurteilen.**

**Text: Dr. med. Florian Marti**  
**Illustrationen: Shutterstock**

Regelmässig sind Samariterinnen und Samariter beim Sanitätsdienst etwa an Sportveranstaltungen mit Gelenksverletzungen der unteren Extremitäten konfrontiert. Sie haben bei der Betreuung solcherart verletzter Personen die wichtige Funktion, Bagatellunfälle selber korrekt zu behandeln, schwerwiegendere Verletzungen zu erkennen und bei Bedarf die Betroffenen an die entsprechenden Stellen weiterzuweisen.

Für die Samariterinnen und Samariter stellen sich dabei bezüglich des Schweregrades einer Verletzung – wie auch bei einer Erkrankung – folgende prinzipiellen Fragen (mit aufsteigender Dringlichkeit):

1. Braucht die Patientin/der Patient eine Behandlung?
2. Kann die Samariterin/der Samariter die Behandlung selber durchführen?
3. Muss die Patientin/der Patient in den nächsten Tagen zum Hausarzt?
4. Muss die Patientin/der Patient umgehend in ärztliche Behandlung?
5. Muss zur sofortigen Therapie die Ambulanz avisiert werden?

Diese Fragen sind keinesfalls einfach zu beantworten, nicht für Laien und ebenso wenig für medizinische Fachpersonen. Doch die korrekte Beantwortung dieser Fragen ist für Patientinnen und Patienten sowie für unser Gesundheitssystem von grosser Bedeutung. Wird eine Bagatellverletzung durch eine Samariterin oder einen

Samariter selber behandelt, können dem Gesundheitssystem unnötige Kosten und der verletzten Person ein unnötiger Mehraufwand erspart werden. Wird hingegen eine schwerwiegende Verletzung übersehen, entsteht der verletzten Person möglicherweise ein gesundheitlicher Schaden und es können hohe Folgekosten für das Gesundheitssystem entstehen.

In drei Artikeln soll den Samariterinnen und Samaritern deshalb eine Übersicht über die Anatomie und mögliche Verletzungen des Knies, des Unterschenkels und des Fusses gegeben sowie die korrekte Behandlung dieser Verletzungen besprochen werden. Es ist dabei nicht gedacht, dass die Samariterinnen und Samariter alle Krankheitsbilder auswendig kennen. Die Artikel dürfen durchaus dem Nachschlagen auf den Posten dienen.

### Allgemeiner Aufbau eines Gelenks

In der Regel besteht ein Gelenk aus folgenden Strukturen: Es sind zwei oder mehrere Knochen beteiligt, die sich gegeneinander bewegen lassen. An den Gelenkflächen sind die Knochen mit Knorpel überzogen. Der Knorpel erlaubt eine reibungsarme und vor allem schmerzlose Bewegung der Knochen gegeneinander. Um das Gelenk befindet sich eine Gelenkkapsel, welche die Gelenksflüssigkeit einschliesst. Die Gelenksflüssigkeit sorgt für eine zusätzliche Reduktion der Reibung und des Knorpelverschleisses und versorgt diesen auch mit Nährstoffen. Die Gelenkkapsel stabilisiert zudem das Gelenk. Die Bänder und die Muskulatur haben ebenfalls die Funktion,

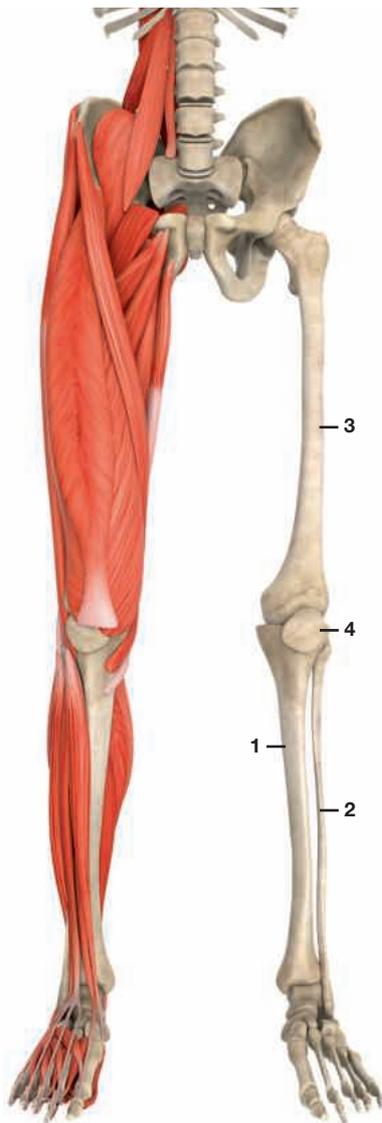
das Gelenk zu stabilisieren. Beim Kniegelenk befindet sich jeweils ein Meniskus im Gelenkspalt, der den Druck auf den Knorpel reduziert und damit diesen vor Abnutzung schützt.

Bei einem Unfall können eine oder mehrere Strukturen eines Gelenks durch eine Überbeanspruchung verletzt werden. Wird beispielsweise ein Gelenk überdehnt, kann ein Band gezerrt werden, bei noch stärkerer Dehnung reißen. Bei einer Stauchung kann der Knochen überbeansprucht und dadurch eingedrückt werden. Nach dem Unfall sind prinzipiell auch diejenigen Bewegungen schmerzhaft oder nicht mehr funktionell, die zur Verletzung geführt haben, da sie die verletzten Strukturen belasten. Knickt beispielsweise der Fuss nach aussen, werden die Innenbänder überdehnt. In der Folge wird es schmerzen, den Fuss nach aussen zu kippen, weil damit genau die verletzte Struktur, das Innenband, wieder belastet wird. Wenn also die Anatomie eines Gelenks bekannt ist, kann aufgrund der Lokalisation der Schmerzen oder Funktionseinschränkung abgeschätzt werden, welche Verletzung eine Patientin oder ein Patient hat.

In der Praxis ist es natürlich oft so, dass nach einem Unfall einfach das ganze Knie oder der ganze Fuss schmerzt und aufgrund der Schwellung nicht unmittelbar nach der Verletzung untersucht und beurteilt werden kann. Dann ist es wichtig zu beurteilen, mit welcher Dringlichkeit sich die verletzte Person bei einem Arzt vorstellen muss. Dies ist ebenfalls Thema dieser Artikel.



Ein Bagatellfall oder eine schwerwiegende Verletzung?



Die unteren Extremitäten sind besonders anfällig für Verletzungen bei sportlichen Aktivitäten. Im Bild: Das Schienbein (1, Tibia), das Wadenbein (2, Fibula), der Oberschenkelknochen (3, Femur) und die Kniescheibe (4, Patella).

## Gut zu wissen

### Viele Verletzungsmöglichkeiten

Die Überbeanspruchung einer Gelenksstruktur kann zur Verletzung derselben führen. Nach dem Unfall wird der verletzten Person ebendiese Belastung Schmerzen bereiten und/oder bei ihr diese Gelenksfunktion ausfallen. Damit kann aufgrund der Schmerzen auf die verletzte Struktur geschlossen werden.

#### Anatomische Strukturen des Knies

Beim Knie gibt es sechs spezifische Strukturen, die verletzt sein können: Tibia/Femur/Patella, Seitenbänder, Kreuzbänder, Kapsel, Muskeln und deren Sehnen.

#### Anatomische Strukturen des Fusses

Bei einem Fuss sind es folgende sechs Strukturen: Schienbein, Wadenbein, Aussenbänder, Innenbänder, Ligamentum tibiofibulare (hält das Schien- mit dem Wadenbein zusammen), Muskeln und deren Sehnen.

Eine nicht erkannte Verletzung kann durch die aus ihr folgende Fehlfunktion die Gelenksstrukturen irreversibel zerstören und längerfristig zu schweren Beschwerden wie etwa Arthrose führen.

### Das Kniegelenk

Am Kniegelenk (siehe Abb. 1) sind drei Knochen beteiligt: Das Schienbein (Tibia), der Oberschenkel (Femur) sowie die Kniescheibe (Patella). Das Schienbein bildet eine Ebene (Tibiaplateau), auf welcher die walzenförmigen Gelenkflächen des Oberschenkelknochens abrollen. Die Kniescheibe hält die kräftige Sehne des Oberschenkelmuskels (Quadricepssehne) in der korrekten Lage und ist Richtung Fuss über die sogenannte Patellasehne mit dem Schienbein verbunden. Im Gelenkspalt befinden sich jeweils zwei Menisken, der äussere (lateral) und der innere (medial). Die Kreuzbänder geben dem Knie Stabilität. Das vordere Kreuzband verhindert das Wegrutschen des Schienbeins nach vorne, das hintere entsprechend nach hinten. Kräftige Seitenbänder verhindern das seitliche Wegkippen des Unterschenkels. So verhindert das äussere Seitenband, dass der Unterschenkel nach innen

knickt, und umgekehrt. In Streckstellung des Knies ist die Gelenkkapsel gespannt und gibt zusätzliche Stabilität.

Das Wadenbein (Fibula) ist mit dem oberen Ende der Tibia verbunden, aber nicht an der Gelenkbildung beteiligt.

### Das Fussgelenk

Das Fussgelenk (siehe Abb. 2) wird auch Sprunggelenk genannt und besteht aus dem oberen und unteren Sprunggelenk. Am Gelenk beteiligt sind die beiden Unterschenkelknochen (innenseitig das Schienbein, aussenseitig das Wadenbein), die dem Sprungbein (Talus) aufliegen.

Das Schien- und Wadenbein wird ebenfalls durch ein Band zusammengehalten (Ligamentum tibiofibulare). Das Sprungbein bildet mit dem Fersenbein (Calcaneus) das untere Sprunggelenk. Innenseitig verbinden Bänder das Schienbein mit den Fussknochen, aussenseitig ziehen sie vom Wadenbein zu den Fussknochen (Calcaneus und Talus). Die Achillessehne kann als breiter Strang getastet werden. Sie setzt am Fersenbein an und ermöglicht es, auf die Zehenspitzen zu stehen.

### Allgemeines über Verletzungen

Verletzungen können grundsätzlich nach dem Schweregrad und der Dringlichkeit ihrer Therapienotwendigkeit eingeteilt werden. Es entstehen somit die vier Kategorien: leicht/harmlos – nicht dringlich  
leicht/harmlos – dringlich  
schwer/ernsthaft – nicht dringlich  
schwer/ernsthaft – dringlich.

So kann es leichte Verletzungen geben, die einer sofortigen Therapie bedürfen. Hierzu gehört beispielsweise eine Schnittwunde, die versorgt werden muss. Die Verletzung ist bei kleinem Ausmass nicht schlimm, trotzdem muss sie innerhalb von sechs Stunden durch die Samariterin oder den Samariter mit Wundverschlussstreifen geklebt oder durch eine Ärztin oder einen Arzt genäht werden.

Dagegen gibt es Verletzungen, die keiner sofortigen Therapie bedürfen, obwohl sie schwer sind. Ein Kreuzbandriss gehört in diese Kategorie. Es handelt sich dabei zwar um eine ernsthafte Verletzung, aber eine sofortige Operation ist nicht notwendig.

Die Einteilung der Verletzungen in diese Kategorien hat eine grosse Bedeutung für die weitere Versorgung von verletzten Personen. Nicht dringliche Verletzungen werden in den darauffolgenden Tagen am besten durch den Hausarzt beurteilt. Die dringlich zu versorgenden Verletzungen müssen ohne Verzug behandelt werden.

## Glossar

In diesem Artikel werden bewusst die medizinischen Fachausdrücke verwendet. Deren Kenntnis erlaubt eine leichtere Verständigung mit medizinischen Fachpersonen. Zudem sind sie den entsprechenden Ausdrücken von vielen Fremdsprachen sehr ähnlich. Das Glossar soll dabei als Nachschlagewerk dienen.

**lateral:** auf der Aussenseite gelegen

**medial:** auf der Innenseite gelegen

**Ligamentum (Abk.: Lig.):** Band (z. B. Kreuzband; Seitenband; Ligamentum tibiofibulare, welches die Tibia mit der Fibula zusammenhält)

**Femur:** Oberschenkelknochen

**Tibia:** Schienbeinknochen

**Fibula:** Wadenbein

**Talus:** Sprungbein

**Calcaneus:** Fersenbein

**Distorsion:** Verdrehen (z. B. des Fusses)

**Ruptur:** Riss (z. B. eines Bandes oder einer Sehne)

**Fraktur:** Bruch (eines Knochens)

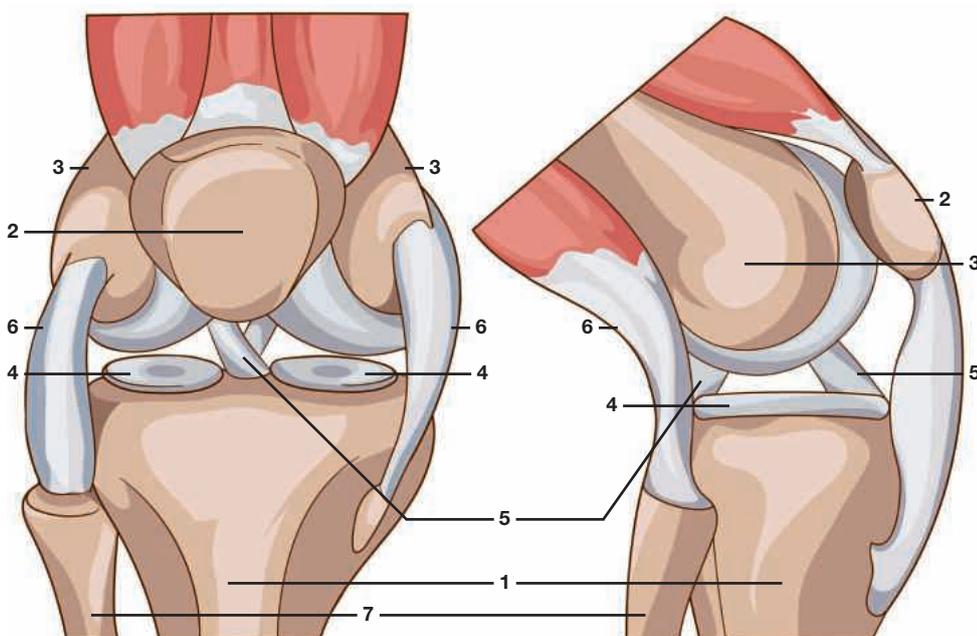
**operative Therapie:** Operation

**konservative Therapie:** keine Operation, sondern z. B. Schienung, Gips, Physiotherapie etc.

Wenn dies auf dem Samariterposten nicht möglich ist, muss sich die Patientin oder der Patient notfallmässig bei einem Arzt vorstellen. Dies ist auch der Fall, wenn die Dringlichkeit erst durch die weitere Diagnostik ersichtlich wird.

*Lesen Sie in der nächsten Ausgabe N° 2/2017 des «Samariters» Teil 2 – Knieverletzungen und in der Ausgabe N° 3/2017 Teil 3 – Fussverletzungen.*

*Ein herzlicher Dank gilt Dr. med. Andrej Isaak, FMH Chirurgie und Gefässchirurgie, für die fachliche Durchsicht des Manuskripts.*



Ein Kniegelenk von vorne (links) und seitlich (rechts) gesehen:

Schienbein (1, Tibia), Kniescheibe (2, Patella), Oberschenkelknochen (3, Femur), Menisken (4), Kreuzbänder (5), Seitenbänder (6) und Wadenbein (7, Fibula).

# Eine Fülle an Informationen



In der Gemeinde Erlen trafen sich im November die Vertreterinnen und Vertreter der Thurgauer Samaritervereine.

Die Präsidentinnen und Präsidenten der Thurgauer Samaritervereine erwartete Ende November an der jährlichen Präsidentenkonferenz in Erlen eine ausführliche Traktandenliste. Die vielen Neuerungen unter anderem in der Kaderausbildung hatten zur Folge, dass die Konferenz 2016 wesentlich länger als üblich dauerte. Allerdings führten Verbandspräsidentin Hedi Helg und KK-Chefin Tanya Bauer kompetent und speditiv durch die Themen und Informationsblöcke. Anbei ein Überblick:

Bei der Samaritersammlung 2016 muss laut Sammlungsbeauftragten Kurt Kobel ein Rückschlag erwartet werden. Zwar lagen zum Zeitpunkt der Konferenz die definitiven Zahlen noch nicht vor, doch es war absehbar, dass knapp 17 000 Franken weniger gesammelt werden konnten als im Vorjahr.

Aus dem Bereich Jugend informierte Valeria Cason und gab die Daten von drei geplanten Anlässen für 2017 bekannt. Zudem blickte sie auf den kantonalen Helptag vom September in Märstetten zurück.

## Aus- und Weiterbildung im Wandel

An der Spitze der Arbeitsgruppe «Ausbildung Sanitätszüge TG» kommt es zu einem Wechsel. Ab dem 1. Januar 2017 übernimmt Andreas Zbinden die Leitung von Stefan Jünger. Mit Beatrice Margadant und Irene Weber treten zudem zwei neue Mitglieder in die Arbeitsgruppe ein.

Die ganztägige kantonale Weiterbildung findet am 6. Mai 2017 in Steckborn statt. Tanya Bauer orientierte die Anwesenden als Verantwortliche für die Aus- und Weiterbildung im Anschluss ausführlich über die vielen Neuerungen und erläuterte die neuen Ausbildungsmodelle im Einzelnen.

Des Weiteren stellte sie das Jahresprogramm mit den Daten für die OVKW und VKW vor. Da zudem eine grosse Mehrheit der anwesenden Präsidentinnen und Präsidenten wünschen, dass die Kandidatenschulung weitergeführt wird, bleibt dieses Angebot weiterbestehen. 2017 werden wiederum zwölf Kandidatenschulungen durchgeführt.

## Neuigkeiten aus dem Verband

Präsidentin Hedi Helg leitete diverse wichtige Informationen aus dem SSB weiter, die an der Herbstkonferenz Mitte November

in Olten bekannt gegeben worden sind. Zudem gab sie bekannt, dass Tanya Bauer seit dem 1. September mit einem Pensum von zwanzig Prozent im Sekretariat des Kantonalverbands angestellt ist.

Kassierin Karin Michel erläuterte die Einnahmen und Ausgaben des Sekretariats. Bei den weiteren Informationsblöcken ging es dann um die neue Website des Samariterverbands Thurgau, die demnächst aufgeschaltet werden soll und die sehr benutzerfreundlich aufgebaut ist.

## Präsenz an der AV gesichert

Die ERFA-Tagung wird am 25. März 2017 stattfinden. Dabei soll das Thema «Kursleiter mieten» behandelt werden. Für diese Tagung konnte der Kantonalverband Renate Wüst von der Personalabteilung des Zentralsekretariats in Olten gewinnen.

Erfreulicherweise haben sich genügend Interessenten für die Funktion der AV-Abgeordneten finden lassen. Alle Personen werden sich an der nächsten Delegiertenversammlung zur Wahl stellen.

Und zu guter Letzt möchte der Thurgauer Samariterverband an der Gewerbeausstellung GEWEA vom 28. April bis am 1. Mai 2017 in Sulgen präsent sein. Der Fokus soll dabei auf der Mitgliederwerbung liegen.

Sämtliche Unterlagen der Konferenz können auf der Webseite des Kantonalverbands eingesehen werden.

**Text: Hansjörg Steffen, Bilder: zVg**



Im Kanton Thurgau sind derzeit 38 Vereine aktiv.

Samariterverein Kreuzlingen (TG)

# Eine warme Kappe für die kühle Jahreszeit

**Der Samariterverein Kreuzlingen spendete 2x 150 Strickmützen und begeisterte damit die Asylbewerberinnen und Asylbewerber im Durchgangsheim.**

Kürzlich übergab Projektleiterin Ursula Held vom Samariterverein Kreuzlingen der Peregrina-Stiftung im Durchgangsheim für Asylsuchende in Frauenfeld zwei Mal 150 handgefertigte warme Wollmützen. Der Samariterverein wollte mit dieser Aktion Asylbewerberinnen und Asylbewerber für die kühle Jahreszeit etwas Wärme schenken. Die Kopfbedeckungen aus Wolle werden von der Peregrina-Stiftung weiter in den Durchgangsheimen Frauenfeld, Romanshorn, Amriswil, Weinfelden, Arbon und Hefenhofen verteilt.

## Eine gute und originelle Idee

Ursprünglich war das Handarbeitsprojekt für 150 handgefertigte Wollmützen geplant, als ein Beitrag des Samaritervereins Kreuzlingen zum 150-Jahr-Jubiläum des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK). Seit 150 Jahren engagiert sich das SRK im Zeichen der Menschlichkeit. Im Jubiläumsjahr 2016 hatte die Organisation schweizweit immer wieder publikums- und medienwirksame Projekte gesucht, um derart die Aufmerksamkeit der Bevölkerung aufrechtzuerhalten.

Der Samariterverein Kreuzlingen wollte seinerseits mit einer guten und originellen Idee Menschen in schwierigen Situationen helfen und sie unterstützen. Die Initiatorin Ursula Held reichte deshalb den Vorschlag beim SRK ein und erhielt eine positive Rückmeldung.

## Wollreste aus dem gesamten Kanton

Sofort begannen die begeisterten Vereinsmitglieder mit der Mützenaktion. Im ganzen Kanton Thurgau wurde Restenwolle zusammengetrommelt und viele Handarbeitsfans und helfende Hände aus der



**Der Samariterverein Kreuzlingen spendete der Peregrina-Stiftung 300 selbstgefertigte Wollstrickmützen. Die schönsten Exemplare wurden sofort anprobiert. Im Bild von links nach rechts: Wali Abdulrahimzai, stellvertretender Leiter der Peregrina-Stiftung, Beat Keller, Partheesan Kanakalingern, Projektleiterin Ursula Held und Ahmadschah Abbasi.**

Bevölkerung halfen bei der Fertigung der Wollmützenunikate und der Umsetzung des Projektes mit. Die Strickaktion dauerte knapp ein Jahr. Dabei war der Wollvorrat in der Anlaufstelle am Ende so gross, dass die doppelte Kappenmenge gefertigt werden konnte.

Der Samariterverein Kreuzlingen setzte mit diesem zielgruppenspezifischen Projekt einen wichtigen Akzent im SRK-Jubiläumsjahr. Gleichzeitig erhielt der Verein dadurch besondere Aufmerksamkeit. Und die Asylbewerberinnen und -bewerber freuten sich riesig über die nicht alltägliche und farbenfrohe Kopfkollektion. Natürlich wurden die schönsten Exemplare sofort anprobiert.

**Text und Foto: Achim Holzmann**



8280 Kreuzlingen  
Tel. ★ 071 672 70 80



Telefon 365 Tage persönlich besetzt



[www.heimelig.ch](http://www.heimelig.ch) Vermietung und Verkauf von Pflegebetten

## Im Alter zu Hause leben

Heimelig Betten möchte, dass Sie sich zuhause fühlen. Wir beraten Sie gerne und umfassend und übernehmen die erforderlichen administrativen Aufgaben mit den Kostenträgern. Heimelig Betten liefert schnell und zuverlässig, damit Sie Ihren Alltag zuhause weiterhin genießen können.

## Gemeinsam in die Zukunft

An der Präsidentenkonferenz der Bündner Samaritervereine (KVBS) Ende November in Thusis hat die Kantonalpräsidentin Wilma Heini zu einem gemeinsamen Weg in die Zukunft aufgerufen – und eine Grundsatzdiskussion über neue Finanzierungsmodelle eröffnet.



**Wilma Heini, neue Kantonalpräsidentin des KVBS, konzentriert in der Präsentation und Diskussion von Fragen.**

Mit drei positiven Nachrichten konnte Wilma Heini danach bestätigen, wie aktiv die Samaritervereine des Kantonalverbands sind: Im Münstertal wurde eine neue Helpgruppe gegründet, um für die dortigen Jungsamariterinnen und Jungsamariter einen guten Einstieg in die Samariterarbeit zu bieten; Cornelia Brägger hat die anspruchsvolle Ausbildung zur kantonalen Instruktorin erfolgreich abgeschlossen und wird zukünftig die technischen Kader in ihrer Region unterstützen; und in einer Grussbotschaft liess Professor Henschler vom Blutspendedienst SRK Graubünden den Samaritervereinen für die unverzichtbare und geschätzte Zusammenarbeit danken.

### Regionale Zusammenarbeit

Im Anschluss wurden die Anwesenden gebeten, in einer kurzen Gruppenarbeit die regionale Zusammenarbeit in der eigenen Region zu präsentieren. Die meisten Samaritervereine pflegen die nachbarschaftliche Zusammenarbeit mit persönlichen Kontakten oder gezielt auch in Whats-App-Gruppen. Der Vorschlag des Vorstandes einer auf der kantonalen Homepage veröffentlichten Liste mit Samariterinnen und Samaritern, die sich auch überregional für Sanitätsdienste zur Verfügung stellen, wurde begrüsst und spontan wurden zwei aktuelle Anfragen zur Ausschreibung angemeldet.

### Neue Kursformen und Ausbildungen

Zentral für den zukünftigen Platz der Samaritervereine in der Laienausbildung ist ein attraktives Kursangebot, das auch das E-Learning mit einbezieht. Hier hat der Schweizerische Samariterbund zusammen mit den Kantonalverbänden und Partnerorganisationen im Hintergrund enorme Arbeit geleistet, sodass ab 2017 eine neue gemeinsame Kursplattform zur Verfügung steht. Dank des neuen Ausbildungskonzeptes mit schweizweit zertifizierter Aus- und Weiterbil-

Für Wilma Heini aus Andeer war es die erste Präsidentenkonferenz, die sie als Kantonalpräsidentin führte. Mit ihrer sympathischen Art rief sie die anwesenden Präsidentinnen und Präsidenten sowie die Delegierten der zahlreich vertretenen Samaritervereine mit folgenden Worten zu einer engen Zusammenarbeit auf: «Der Vorstand allein kann wenig ausrichten. Wir brauchen euch alle, um die Zukunft «stemmen» zu können!



**Angeregte Diskussionen über neue Finanzierungsmodelle und Zusammenarbeitskonzepte.**



**Impressionen aus der neugegründeten Samariter-Jugendgruppe Müstair.**

dung des technischen Kaders sowie genormten Kursvorgaben und -unterlagen werden die lokalen Samaritervereine in Zukunft ihren wichtigen Aufgaben weiterhin erfolgreich nachkommen können.

### Grundsatzdiskussion über die Finanzierung

Zur elementaren Frage der Finanzierung fand dann eine konstruktive Gruppendiskussion statt, an der Vorschläge des Vorstandes begutachtet werden konnten. Diese Vorschläge dienen dem Vorstand als Grundlage für die Ausarbeitung neuer Finanzierungsmodelle, die den unterschiedlichen Vereinsgrössen im Kanton besser gerecht werden. Eine Entscheidungsfindung wird an der nächsten Konferenz 2017 stattfinden. Diese soll laut einem Vorschlag von Wilma Heini nicht mehr nur Vereinspräsidentinnen und -präsidenten sowie Delegierten offenstehen, sondern auch allen interessierten Vereinsmitgliedern.

**Text und Bilder: Susi Klausner**

## 9. First Responder Symposium

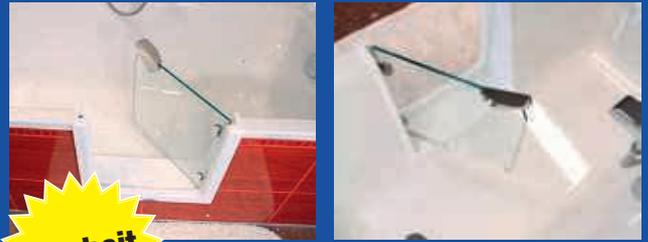
Samstag, 25. März 2017, Guido A. Zäch Institut (GZI), Nottwil



- Organisation von First Responder Systemen
- Ausbildung und Ausrüstung
- Patientenversorgung
- Fachausstellung
- Networking

SIRMED AG – Schweizer Institut für Rettungsmedizin | Guido A. Zäch Strasse 2b  
CH-6207 Nottwil | T +41 41 939 50 50 | info@sirmed.ch | www.sirmed.ch  
Ein Unternehmen der Schweizer Paraplegiker-Stiftung

## Einbau in jede bestehende Badewanne möglich Badewanntüre Variodoor Comfort Typ 4



**Neuheit**

Mit der neuen Badewanntüre von Magicbad Schenker GmbH Luzern steigen Sie bequem in Ihre Wanne.

- Top Qualität und modernes Design.
- Die Türe wird massgenau nach der Badewannenform gemessen und speziell angefertigt!
- Wir haben 4 verschiedene Modelle und auch sehr preisgünstige Varianten.
- Lieferung und Montage in die ganze Schweiz.
- Kostenlose Beratung vor Ort!

**Magic Bad**

Magicbad Schenker GmbH  
6004 Luzern  
Telefon 079 642 86 72  
www.magicbad-schenker.ch

## Neu im Sortiment AED 3™ von Zoll



### Defibrillator Zoll AED 3™

LCD-Farbdisplay  
Umschaltung Erwachsene/Kinder

Art. 3870

**CHF 3'758.40**  
inkl. MwSt.



### Defibrillator Zoll AED 3™ BLS

LCD-Farbdisplay inkl. EKG-Anzeige  
Umschaltung Erwachsene/Kinder

Art. 3875

**CHF 3'974.-**  
inkl. MwSt.

Detaillierte Informationen zu den Zoll-Produkten  
und dem Zubehör finden Sie im Shop.



# Neues zaubern aus Abfall

Wer kennt sie nicht, die Sammelstelle im Wohnort, wo man viele Abfälle deponieren kann, anstatt den Kehrriechtsack damit zu füllen? Die gesammelten Materialien werden der Wiederverwertung zugeführt. Das ist sehr wichtig, denn unsere Abfallberge werden immer grösser.



## Rund 24 Millionen Tonnen Abfall pro Jahr

In den letzten 25 Jahren hat sich die Abfallmenge in der Schweiz verdreifacht. Das ist laut den Erhebungen der Europäischen Umweltagentur und der Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (OECD) eine der höchsten Quoten weltweit. Wenn wir jedoch unsere Abfälle nicht einfach verbrennen, sondern getrennt sammeln und wiederverwerten, gewinnen wir neue Rohstoffe und belasten die Umwelt weniger mit schädlichen Abgasen. Mit Recycling kann also jede Person direkt mithelfen und die Situation der Abfallbewältigung verbessern.

Wer schon einmal mitgeholfen hat, den Hausabfall zu entsorgen, hat sicher gemerkt, dass Flaschen in einen anderen Container geworfen werden als Dosen. Aus leeren PET-Flaschen werden wieder neue gemacht. Und dank der Papiersammlung können aus beschriebenen Papier wieder neue, leere Blätter hergestellt werden.

Richtige Entsorgung bedeutet sorgfältiger Umgang mit unseren Ressourcen, Nachhaltigkeit sowie Umweltschutz und die Rückführung von Sekundärrohstoffen in den Wirtschaftskreislauf.

## Der Kreislauf einer PET-Flasche

In der Schweiz werden pro Jahr mehr als 1,5 Milliarden PET-Getränkeflaschen abgefüllt und konsumiert. Diese Flasche ist damit mit Abstand die beliebteste Getränkeverpackung. Alle gesammelten PET-Getränkeflaschen gelangen in eines von zwei Recyclingwerken in der Schweiz, wo sie zu Rezyklat verarbeitet werden. In einer Mühle werden die Flaschen mit Messern auf 12 mm grosse Stücke geschnetzelt. Die sogenannten Flakes haben danach einen langen Weg vor sich. Sie gelangen in den Windsichter, wo die Etiketten weggeblasen werden. Die von den Etiketten gereinigten Flakes landen in einem Wasser-

Für den Menschen und die Natur ist der Abfall eine grosse Herausforderung. Die Geschichte des Abfalls hängt eng mit unserem Wohlstand zusammen. Je besser es uns geht, desto mehr konsumieren wir. Die Nahrungsmittelabfälle nehmen zu, die Verpackungen werden komplexer und unsere elektronischen Geräte tauschen wir immer schneller aus, weil sie defekt sind oder wir einfach nur wieder das neuste Modell haben wollen. Das sind nur ein paar Gründe von vielen, die zur Erhöhung der Abfallmenge beitragen.

füllt und konsumiert. Diese Flasche ist damit mit Abstand die beliebteste Getränkeverpackung. Alle gesammelten PET-Getränkeflaschen gelangen in eines von zwei Recyclingwerken in der Schweiz, wo sie zu Rezyklat verarbeitet werden. In einer Mühle werden die Flaschen mit Messern auf 12 mm grosse Stücke geschnetzelt. Die sogenannten Flakes haben danach einen langen Weg vor sich. Sie gelangen in den Windsichter, wo die Etiketten weggeblasen werden. Die von den Etiketten gereinigten Flakes landen in einem Wasser-

## Gut zu wissen

### Warum gibt es in der Natur keine Abfälle?

Die Bäume in einem Wald holen sich Gase aus der Luft. Wasser und Nahrung bekommen sie aus der Erde, und Kraft zum Wachsen liefert ihnen die Sonne. Dafür versorgen Bäume die Waldtiere mit Laub, Nüssen oder Beeren. Welche Blätter, Zweige und Kot fallen auf den Waldboden. Auch wenn Tiere und Bäume sterben, bleiben sie auf der Erde liegen. All das wird zu organischen Stoffen. Die Erde ist voll von Lebewesen. Diese kleinen Helfer fressen die organischen Stoffe und verwandeln sie in Pflanzennahrung. So wird einfach alles umgewandelt und wiederverwendet. Nichts ist überflüssig und kein Abfall entsteht! Nach dem gleichen Prinzip funktioniert übrigens auch ein organischer Garten. Der Gärtner geht hier mit offenen Augen durch die Natur. Er versucht, den Garten wie in der Natur wachsen zu lassen. Gärtner, die diese Methode anwenden, benutzen keine Kunstdünger, um Pflanzen zu versorgen, und keine chemischen Sprays, um Schädlinge zu töten.



**Alle gesammelten PET-Flaschen werden zu Rezyklat verarbeitet. Nach der Reinigung und Wiederaufbereitung dieser «Schnipsel» kann man damit viele nützliche Dinge herstellen. (Foto: PET-Recycling Schweiz)**

becken. Anschliessend geht es in die Mischschnecke, wo sie mit 50%iger Lauge gemischt werden (Natriumhydroxid). Im Ofen wird das Flakes-Laugegemisch erhitzt. Die Lauge verbindet sich dadurch

mit der Oberfläche des PET-Flakes und löst diese ab. So werden die Flakes rein. Am Ende weisen sie eine so hohe Qualität auf, so dass sie wieder in Kontakt mit Lebensmitteln kommen dürfen. Dieser geschlossene PET-Kreislauf macht es möglich, dass aus leeren PET-Getränkeflaschen neue entstehen können. Doch nicht nur das: aus PET-Rezyklat können auch Folien, Verpackungen und Verpackungsbänder oder Textilien wie zum Beispiel Faserpelz, Füllstoffe für Kissen, Rucksäcke, Sportschuhe usw. gemacht werden. Es entsteht kein Downcycling, also kein unbrauchbares Material, das nicht wiederverwendet werden kann.

**Quellen: Zzebra, das Webmagazin für Kinder; Bundesamt für Umwelt BAFU; PET-Recycling Schweiz** •



## Die Help Falknis besuchte das Recycling-Center A&M in Untervaz

Im Jahresprogramm der Help-Gruppe Falknis hat der gemeinsame Ausflug jeweils einen festen Platz. Nachdem die Exkursionen in den letzten Jahren immer einen Bezug zur Help-Tätigkeit hatten, beschlossen die beiden Jugendleiterinnen Sandra Jäger und Monica Thöny im vergangenen Jahr, neue Wege zu gehen, und haben einen Besuch des Recycling-Centers A&M in Untervaz organisiert. Die Helpis wurden von zwei Müttern, einer Grossmutter und einer Samariterin begleitet, welche die Ausbildung zur Jugendleiterin absolvieren wird. Nebst «Erleben» und «Plausch» sollten die Kinder und Jugendlichen auch etwas zum Umgang mit Abfall lernen. Die Mission ist in jeder Hinsicht geglückt, wie der folgende Bericht von zwei Helpis zeigt:

### Die beiden Help-Mitglieder Jessica und Giulia haben über das Erlebte geschrieben:

Herzlich begrüsst uns William Brendle und stellte uns den Betrieb vor. Im Besucherraum staunten wir über die antiken Telefone und andere Elektrogeräte, die als Schrott angeliefert wurden. Anhand einer Präsentation zeigte Herr Brendle uns, was die Firma alles sammelt. Danach sahen wir uns auf dem Gelände um. Wir waren alle erstaunt, wie viel Abfall da war. Von Autos bis zu Schiesspatronen wird hier alles rezykliert. Nach der Führung durch den Betrieb kehrten wir in den Besucherraum zurück und sahen uns Filme an. Am meisten beeindruckte uns der Film über die Schrottpresse, welche das ausgediente Metallboot eines Spielplatzes aus der Region zu kleinen Paketen zusammenpresste. Es war ein toller Nachmittag und nach allem, was wir gelernt haben, werden wir sicher nie mehr eine Batterie in den Abfall werfen!

**Text und Fotos: Help-Gruppe Falknis** •



**William Brendle machte eine Führung mit den Helpis.**



**Vor den gesammelten Materialien, die alle wiederverwertet werden.**

Kolumne

Von «Grossen» und «Kleinen»

Vielleicht haben Sie sich auch schon einmal die Frage gestellt, wozu das Ganze gut ist? Ob Sie Ihre Freizeit nicht auch anders nutzen oder sie mit Familie und Freunden verbringen sollten, anstatt sich freiwillig zu engagieren? Nach einem äusserst intensiven Samariterwochenende habe ich mir kürzlich genau diese Fragen gestellt.

Die Antwort darauf ist allerdings verblüffend einfach. Wann immer ich eine Help-Übung besuche und das Leuchten in den Kinderaugen sehe, weiss ich wieder genau, warum ich mich bei den Samariterinnen und Samaritern engagiere. Mit grosser Spannung und schneller Auffassungsgabe nehmen die «Kleinen» jeweils das Wissen der «Grossen» auf. Doch auch die Augen der «Grossen» strahlen, wenn sie den Kindern etwas erklären und beibringen konnten.

In der Strategie 2020 des Schweizerischen Samariterbunds bekennen wir uns dann auch zum «Leuchtturm» Jugend. Wie die Augen der «Kleinen» und «Grossen» soll dieser Leuchtturm strahlen, und dies nicht erst ab 2020. Doch dafür braucht es den Einsatz und das Verständnis von uns allen. Es reicht nämlich nicht, wenn wir voller Elan die Jugend unterstützen und fördern, dabei aber unsere älteren Vereinsmitglieder vergessen. Wer, wenn nicht sie, können denn das Wissen den Helpis vermitteln? Und es darf auch nicht sein, dass Helpgruppen und Samaritervereine gegeneinander arbeiten. Die Jüngeren können von den Älteren viel lernen – genauso wie die Älteren von den Jüngeren. Die einen haben das jugendliche Privileg der Rebellion und der gewagten Ideen. Die anderen



die nötige Lebenserfahrung. Doch erst gemeinsam kann man daraus das Beste machen.

**Rolf Imhof,**  
Mitglied des  
SSB-Zentral-  
vorstands

**SV Root und Umgebung**



Root und Umgebung  
Root, Dierikon, Gisikon, Honau

Der Samariterverein Root und Umgebung (Root, Dierikon, Gisikon, Honau) besteht seit 1940. Wir leisten Sanitätsdienste an Veranstaltungen, helfen dem Schweizerischen Roten Kreuz bei den Blutspende-Aktionen, bilden Personen in Erster Hilfe aus, treffen uns 1x pro Monat zu einer Übung und sind jederzeit bereit, bei Bedarf Nothilfe zu leisten. Weitere Informationen finden Sie auf [www.samariter-root.ch](http://www.samariter-root.ch).

Wir suchen **ab Februar 2017** oder nach Vereinbarung

**eine/n Kassier/in und eine/n Aktuar/in**

Samariterkenntnisse sind nicht zwingend erforderlich. Wir bieten Ihnen eine Einführung in das Tätigkeitsfeld, eine kameradschaftliche Zusammenarbeit und eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Bei Fragen oder Interesse wenden Sie sich an die Präsidentin Frau Josy Bühler, Tel. 041 450 13 66 bzw. 079 366 50 61, oder senden Sie Ihre Bewerbung an: Samariterverein Root und Umgebung, Josy Bühler, Schulstrasse 17, 6037 Root

**20. Thuner Alterstagung am 7. April 2017**

**Macht und Ohnmacht in der Langzeitpflege**

Für MitarbeiterInnen in Spitex, offener Altersarbeit, Spitälern, Alters- und Pflegeheimen, für Angehörige, Freiwillige, Behörden und Interessierte

ReferentInnen: Dr. Stefanie Becker, Yverdon-les-Bains; Pierre-André Wagner, Bern; Franziska Zuniga, Basel; Hans Peter Spreng, Burgdorf; Felix Karnowski, Hitzkirch; Andi Winter, Hitzkirch; Judith Giovannelli-Blocher, Biel.

Programme und Anmeldung: Thuner Alterstagung, Schützenstrasse 45, 3612 Steffisburg, Tel. 033 534 50 60, E-Mail: [info@thuner-alterstagung.ch](mailto:info@thuner-alterstagung.ch)

Anzeige

Musik macht Freu(n)de

**Für Samariterinnen und Samariter mit Begeisterung:  
die CD «Läbensretter sy!»**

Auf der CD befindet sich das Lied «Läbensretter sy» in den Sprachen Schweizerdeutsch, Hochdeutsch, Französisch, Italienisch, Englisch und Spanisch.

Die CD ist eine tolle Werbeidee für alle Samariterinnen und Samariter, um für neue Mitglieder in ihrem Verein zu werben. Darauf findet sich auch der perfekte Samariter-Marsch für Jubiläumsanlässe oder etwa zum Einstieg in eine GV. Die Instrumental-Version dient ausserdem als Aufsteller und ist gut fürs Wohlbefinden.



Bestellung direkt bei Beatrice Maria Streiff, Mail: [fmf.s8@hispeed.ch](mailto:fmf.s8@hispeed.ch), Tel.: 044 784 91 19

1 CD: CHF 20.00 ab 4 CDs: CHF 15.00

George Scherer, Präsident des Kantonalverbands Glarus

## Bewusste Fächerung der Verantwortung

**In nur einem Dreivierteljahr hat George Scherer im Glarner Kantonalverband bereits einiges verändert. Sein oberstes Ziel ist es, Transparenz zu schaffen und andere zu ermächtigen, selbstständig zu entscheiden und arbeiten zu können.**

Text und Bild: Sonja Wenger

Ein Gespräch mit George Scherer wirkt wie eine seelische Entschleunigung. Ruhig in seiner Ausstrahlung, eloquent in der Sprache und mit einer glasklaren Vorstellung davon, was zu tun ist, erzählt der 48-Jährige aus seiner bald drei Jahrzehnte umfassenden Karriere als Samariter, Kursleiter, Samariterlehrer, Vereinspräsident und nun, seit Frühling 2016, auch als Präsident des Samariterverbands Glarus.

Ich treffe George Scherer bei der Arbeit im Stadtspital Waid in Zürich, wo er als Gruppenleiter der Infrastruktur die Abteilung Medizintechnik leitet. Er wirkt entspannt, auch als während des Gesprächs mehrmals das Telefon klingelt. Und beinahe im Plauderton zählt er auf, was sich im Kantonalverband im letzten Dreivierteljahr alles getan hat – nicht nur im Hinblick auf die neue Ausbildung für die verschiedenen Kaderfunktionen des SSB.

«Mit nur sechzehn Vereinen haben wir 2016 im Verband Firmenkurse mit fast 300 Teilnehmenden auf die Beine gestellt», sagt Scherer. Hinzukommen die Bevölkerungskurse der Vereine, die Sanitätsdienste und natürlich die Überführung der Kursleiter und Samariterlehrerinnen. «Obwohl zu Beginn einige aussteigen wollten, konnten wir am Ende fast alle davon überzeugen, weiterzumachen.» Dem vorausgegangen sei laut Scherer eine ausführliche Bestandsaufnahme, wie viele Kursleiter mit welcher IVR-Stufe man im Verband genau brauche. «Und für all jene, die nicht so sicher im Umgang mit Computer sind, haben wir eine Support-Gruppe geschaffen.»

### Kein leichtes Erbe

Doch damit nicht genug. Nachdem die Zusammenarbeit mit dem Kantonalverband des Schweizerischen Roten Kreuzes seit längerer Zeit unregelmäßig war, haben kürzlich beide Seiten eine neue Zusammenarbeitsvereinbarung abgeschlossen. «Auch mit Texaid gibt es jetzt eine Vereinbarung», sagt Scherer. Für ihn aber das Wichtigste: «Wir haben unsere Verbandsstatuten angepasst und im

November an einer ausserordentlichen Delegiertenversammlung genehmigt erhalten.»

Mit diesen Statuten werde sich nun sehr vieles im Verband verändern, sagt Scherer, denn neu können die Ressortverantwortlichen in ihrem Budgetrahmen selbstständig entscheiden. Und das Spesenreglement muss ebenfalls angepasst werden. «Die Finanzen müssen schliesslich transparent geregelt sein.»

Vieles also in kurzer Zeit. Da kommt es ihm zugute, dass es nur wenige Dinge gibt,



**George Scherer bringt so schnell nichts aus der Ruhe.**

die ihn aus der Ruhe bringen, denn George Scherer hat kein leichtes Erbe übernommen. Sein Vorgänger Jacques Küng hatte den Glarner Verband mit einem sehr eigenen Führungsstil über vier Jahrzehnte stark geprägt. Lange fand sich deshalb keine Nachfolge für ihn – bis Scherer sich 2015 dazu bereit erklärte.

«Nach über zwanzig Jahren als Vereinspräsident habe ich genau gewusst, worauf ich mich einlasse», sagt er und ergänzt, dass es nicht ein so schweres Erbe sei, wie viele vermuten: «Jacques Küng hat viel Positives bewirkt und mit seiner Weitsicht Strukturen

geschaffen, die heute noch gut funktionieren und oft auch innovativen Charakter hatten.» So wurden bis vor einigen Jahren dank einer intensiven Zusammenarbeit mit der Ausbildungsabteilung des Schweizerischen Samariterbunds im Kantonalverband Glarus neue Ausbildungsgänge getestet. Dass es für einen Nothelferkurs zwei Leitende braucht, sei in Glarus ebenfalls schon lange selbstverständlich. Und auch im Bereich Jugendarbeit und Jugendförderung habe Küng früh wichtige Aufbauarbeit geleistet.

### Durch Zufall zum Samariterverein

Vieles also, auf dem George Scherer weiter aufbauen kann. Dennoch müssten sich einige Verbandsmitglieder erst an seinen Führungsstil gewöhnen, sagt er schmunzelnd. Wie er diesen denn beschreiben würde? «Eine offene Kommunikation. Und eine Kompetenzen- und Verantwortungsfächerung.» Er sehe sich in erster Linie als jemanden, der andere dazu ermächtigt, ihre Funktionen gut ausüben zu können.

Dieser Devise folgt Scherer nicht nur im Verband, sondern auch im Verein und bei der Arbeit. Wissen weitergeben, Strukturen schaffen und vor allem etwas verändern können, sei für ihn stets das Wichtigste. Ob bei den Samaritern, in der Feuerwehr oder bei der Seerettung am Walensee, wo er ebenfalls tätig ist. Scherers Interessen sind vielfältig.

Dass er bei den Samaritern gelandet ist, sei dann auch eher ein Zufall gewesen, erzählt Scherer. Seine ersten Erfahrungen im Sanitätswesen sowie als Leiter und Ausbilder machte er nämlich bei den Pfadfindern, zu deren Training auch Erste-Hilfe-Wissen gehört. Und seine Ausbildung zum Betriebs-sanitäter konnte er im Rahmen seiner Lehre zum Elektromonteur absolvieren. Erst durch die Leiterin der Betriebs-sanität fand er den Weg zu den Samariterinnen und Samaritern und dort schnell auch in führenden Funktionen. Seither sind dreissig Jahre vergangen. Und George Scherer ist kein bisschen weniger neugierig als bei seinem ersten Einsatz.

Meldungen an: «samariter», Postfach, 4601 Olten, Telefon 062 286 02 67, Fax 062 286 02 02, E-Mail: [redaktion@samariter.ch](mailto:redaktion@samariter.ch)

Datum	Verband	Kontaktperson	Telefon	E-Mail
<b>Aufschulung Niveau III</b>				
13.01.2017	Samariterverband Thurgau	Luzia Fuchs	071 620 10 22	<a href="mailto:sekretariat@samariter-thurgau.ch">sekretariat@samariter-thurgau.ch</a>
14.01.2017	Samariterverband Thurgau	Luzia Fuchs	071 620 10 22	<a href="mailto:sekretariat@samariter-thurgau.ch">sekretariat@samariter-thurgau.ch</a>
<b>Aufschulung Niveau III, Teil 1</b>				
14.01.2017	Kantonalverband Aargauischer Samaritervereine	Barbara Steuri-Beutler	079 226 09 70	<a href="mailto:barbara.steuri@kvas.ch">barbara.steuri@kvas.ch</a>
11.02.2017	Kantonalverband Luzerner Samaritervereine	Kilian Baumeler	078 601 33 41	<a href="mailto:k.baumeler@samariter-luzern.ch">k.baumeler@samariter-luzern.ch</a>
24.02.2017	Kantonalverband Aargauischer Samaritervereine	Barbara Steuri-Beutler	079 226 09 70	<a href="mailto:barbara.steuri@kvas.ch">barbara.steuri@kvas.ch</a>
<b>Aufschulung Niveau III, Teil 2</b>				
15.01.2017	Kantonalverband Aargauischer Samaritervereine	Barbara Steuri-Beutler	079 226 09 70	<a href="mailto:barbara.steuri@kvas.ch">barbara.steuri@kvas.ch</a>
12.02.2017	Kantonalverband Luzerner Samaritervereine	Kilian Baumeler	078 601 33 41	<a href="mailto:k.baumeler@samariter-luzern.ch">k.baumeler@samariter-luzern.ch</a>
25.02.2017	Kantonalverband Aargauischer Samaritervereine	Barbara Steuri-Beutler	079 226 09 70	<a href="mailto:barbara.steuri@kvas.ch">barbara.steuri@kvas.ch</a>
<b>Grundlagen Sanitätsdienst</b>				
09.09.2017	Samariterverband Thurgau	Luzia Fuchs	071 620 10 22	<a href="mailto:sekretariat@samariter-thurgau.ch">sekretariat@samariter-thurgau.ch</a>
<b>Kantonale (Obligatorische) Vereinskader-Weiterbildung</b>				
04.11.2017	Samariterverband Uri	Vreny Walker-Kieliger	079 157 45 55	<a href="mailto:info@samariter-uri.ch">info@samariter-uri.ch</a>
<b>Obligatorische Vereinskader-Weiterbildung</b>				
21.04.2017	Samariterverband Uri	Vreny Walker-Kieliger	079 157 45 55	<a href="mailto:info@samariter-uri.ch">info@samariter-uri.ch</a>
13.05.2017	Samariterverband Glarnerland	Vreni Kubli	055 640 15 63	<a href="mailto:vrenikubli@gmx.ch">vrenikubli@gmx.ch</a>
13.05.2017	Samariterverband Thurgau	Luzia Fuchs	071 620 10 22	<a href="mailto:sekretariat@samariter-thurgau.ch">sekretariat@samariter-thurgau.ch</a>
10.06.2017	Kantonalverband Luzerner Samaritervereine	Urs Bischof	079 429 22 77	<a href="mailto:u.bischof@samariter-luzern.ch">u.bischof@samariter-luzern.ch</a>
17.06.2017	Samariterverband Thurgau	Luzia Fuchs	071 620 10 22	<a href="mailto:sekretariat@samariter-thurgau.ch">sekretariat@samariter-thurgau.ch</a>
26.08.2017	Samariterverband des Kantons Schwyz	Alexandra Reichmuth	055 412 79 43	<a href="mailto:info@samariter-schwyz.ch">info@samariter-schwyz.ch</a>
21.10.2017	Samariterverband Unterwalden	Iris Zurkirch	041 612 19 07	<a href="mailto:info@samariter-unterwalden.ch">info@samariter-unterwalden.ch</a>
04.11.2017	Kantonalverband Luzerner Samaritervereine	Urs Bischof	079 429 22 77	<a href="mailto:u.bischof@samariter-luzern.ch">u.bischof@samariter-luzern.ch</a>
04.11.2017	Samariterverband des Kantons Zug	Susi Müller	079 897 55 00	<a href="mailto:smueller@samariter-zug.ch">smueller@samariter-zug.ch</a>
<b>Stufe II Repe</b>				
02.09.2017	Samariterverband Thurgau	Luzia Fuchs	071 620 10 22	<a href="mailto:sekretariat@samariter-thurgau.ch">sekretariat@samariter-thurgau.ch</a>
<b>Stufe III Repe</b>				
07.07.2017	Samariterverband Thurgau	Luzia Fuchs	071 620 10 22	<a href="mailto:sekretariat@samariter-thurgau.ch">sekretariat@samariter-thurgau.ch</a>
08.07.2017	Samariterverband Thurgau	Luzia Fuchs	071 620 10 22	<a href="mailto:sekretariat@samariter-thurgau.ch">sekretariat@samariter-thurgau.ch</a>
27.10.2017	Samariterverband Thurgau	Luzia Fuchs	071 620 10 22	<a href="mailto:sekretariat@samariter-thurgau.ch">sekretariat@samariter-thurgau.ch</a>
28.10.2017	Samariterverband Thurgau	Luzia Fuchs	071 620 10 22	<a href="mailto:sekretariat@samariter-thurgau.ch">sekretariat@samariter-thurgau.ch</a>

## Impressum

«samariter» 01/2017  
Erscheinungsdatum: 11. Januar

### Herausgeber

Schweizerischer Samariterbund SSB  
Martin-Disteli-Strasse 27  
Postfach, 4601 Olten  
Telefon 062 286 02 00  
Telefax 062 286 02 02  
[redaktion@samariter.ch](mailto:redaktion@samariter.ch)  
[www.samariter.ch](http://www.samariter.ch)

Zentralsekretärin: Regina Gorza

### Abonnemente, Adressänderungen

Schriftlich an obige Adresse

### Abonnementspreis

Einzelabonnement für Aussenstehende:  
Fr. 33.– pro Jahr

10 Ausgaben pro Jahr  
Auflage: 25 000 Exemplare

### Redaktion

Sonja Wenger  
Westschweiz: Chantal Lienert  
Südschweiz: Mara Maestrani  
Sekretariat: Monika Nembrini  
Telefon 062 286 02 67  
Telefax 062 286 02 02  
[redaktion@samariter.ch](mailto:redaktion@samariter.ch)  
Postadresse:  
Redaktion «samariter»  
Postfach, 4601 Olten

### Inserate

Zürichsee Werbe AG  
Verlag und Annoncen  
Seestrasse 86, 8712 Stäfa  
Telefon 044 928 56 11  
Telefax 044 928 56 00  
[info@zs-werbeag.ch](mailto:info@zs-werbeag.ch)  
[www.zs-werbeag.ch](http://www.zs-werbeag.ch)

### Layout, Druck, Versand

AVD GOLDACH AG, 9403 Goldach



 **Gedruckt**  
in der Schweiz

 **samariter**  
Rettungsorganisation des SRK

**Nächster Redaktionsschluss:**  
**Donnerstag, 26. Januar 2017, 09.00 Uhr**

«samariter» 02/17 erscheint am  
**Mittwoch, 8. Februar 2017**

«samariter» 03/17 erscheint am  
**Mittwoch, 15. März 2017**

**Adresse: Redaktion, «samariter»,  
Postfach, 4601 Olten  
Telefon 062 286 02 67  
Telefax 062 286 02 02  
E-Mail redaktion@samariter.ch**



## **Aargau**

**Aargau West** GV, Freitag, 10.2.2017, 18.45 Uhr, Schloss Biberstein

**Boswil und Umgebung** Monatsübung, Mittwoch, 18.1.2017, 20.00 Uhr, MZR Schule Boswil

**Dottikon** Monatsübung, Freitag, 10.2.2017, 19.30, Risi

**Hausen AG** Monatsübung, Dienstag, 17.1.2017, 20.00, Vereinslokal

**Lenzburg und Umgebung** GV, Freitag, 17.2.2017, 19.00, Müli-Kafi Lenzburg

**Rohrdorf und Umgebung** Monatsübung, Montag, 30.1.2017, 19.30 Uhr, Theorieraum Feuerwehrlokal

**Schöftland** Generalversammlung, Freitag, 24.2.2017, 19.00 Uhr

**Vordemwald** Monatsübung, Mittwoch, 15.2.2017, 20.00 Uhr, Mehrzweckgebäude Vordemwald, Postenrucksack mitnehmen

## **Basel**

**Binningen** GV, Donnerstag, 16.3.2017

**Reinach BL** Monatsübung, Donnerstag, 19.1.2017, 19.30 Uhr, BSA Egerten, Egertenstrasse 4153 Reinach, Thema: Grundkurs Sanitätsdienst 1. Teil; Monatsübung, Donnerstag, 16.2.2017, 19.30 Uhr, BSA Egerten, Egertenstrasse 4153 Reinach, Thema: Grundkurs Sanitätsdienst 2. Teil; GV, Freitag, 31.3.2017, 19.30 Uhr, Generalversammlung gem. sep. Einladung, Anträge bis spätestens 10. Februar an den Präsidenten

**Riehen** Monatsübung, Montag, 16.1.2017, 20.00 h, Haus der Vereine, Baselstrasse 43, Riehen, Fachübung zum Jahresmotto 100 Jahre Samariter-Verein Riehen: «Es war einmal»

## **Bern**

**Aare-Jurasüdfuss** HV, Freitag, 20.1.2017, 19.00 Uhr, Gasthof Leuenberger Wangenried

**Bolligen** Monatsübung, Montag, 6.2.2017, 19.30, Samariterzimmer Oberstufenzentrum Eisengasse, Bevölkerungskurse – Was gibt es Neues ab 2017?

**Bözingen-Mett** GV, Samstag, 21.1.2017, 18.00, Vereinslokal

**Buchholterberg** Nothilfekurs (NHK), Samstag, 21.1.2017, 08.30, Schulhaus Badhaus, Heimenschwand, 21.+28.1.17

**Buchsibärge** Blutspenden, Dienstag, 17.1.2017, ab 18.45, MZH Ggrasswil, Einsatzplan beachten.; HV, Freitag, 20.1.2017, Wirtschaft Oschwand; Übung, Montag, 13.2.2017, Schulhaus Oschwand

**Bühl-Walperswil** HV, Montag, 23.1.2017, 20.00, Rest. Traube Walperswil

**Bümpliz-Riedbach** Übung, Donnerstag, 26.1.2017, 19.00, Gut vorbereitet ins neue Jahr; Inselvortrag, Dienstag, 7.2.2017, 20.00, Ab 19.00 Uhr: Kalziumbuffet; Vereinsversammlung, Samstag, 18.2.2017

**Büren an der Aare** Vereinsversammlung, Freitag, 20.1.2017, 19.00, Kirchgemeindehaus, Bitte Geschirr und Besteck mitnehmen; Übung, Montag, 6.2.2017, 20.00, Kirchgemeindehaus

**Burgdorf** Fachübung für aktive Samariter und Interessierte, Dienstag, 24.1.2017, 19.00: Apéro, 20.00 Beginn, Infos zum Treffpunkt folgen, Wir gehen nach Bern ins Kinderspital. Thema des Vortrags: Zeitgeist Ethik – wie kann die Ethik im Gesundheitswesen helfen?

**Dürrenroth** HV, Montag, 30.1.2017, Restaurant Bären

**Ferenbalm U. Umgebung** HV, Freitag, 27.1.2017

**Grossaffoltern** HV, Montag, 6.2.2017, Gemäss Einladung, Gemäss Einladung

**Grosshöchstetten** Monatsübung, Dienstag, 17.1.2017, 20.00, ZSA Zäziwil, Lass dich überraschen; Vortrag, Dienstag, 7.2.2017, 19.00, Inselspital Bern, Arztvortrag Dr. phil. Rouven Porz Zeitgeist Ethik

**Herzogenbuchsee u. Umgebung** Skiweekend, Samstag, 28.1.2017, 28./29.01.2017, Sörenberg, Einladung beachten; Monatsübung, Donnerstag, 2.2.2017, 20.00 Uhr, San. Hist. Mittelholz, Herzogenbuchsee, Thema: Oldies vs. News; HV, Freitag, 10.2.2017, 19.00 Uhr, Rest. Sonne, Herzogenbuchsee, Einladung beachten

**Kallnach-Niederried** HV, Freitag, 27.1.2017, Gemäss Einladung

**Kehrsatz** HV, Freitag, 20.1.2017, 20.00, Kyburz AG

**Linden** HV, Freitag, 20.1.2017, 20.00Uhr, Restaurant Linde, Linden; Monatsübung, Montag, 6.2.2017, 20.00Uhr, KGH, Notfallpatient

**Madiswil** Bowling, Donnerstag, 12.1.2017, 19.30, Linksmäderhalle; Vereinsversammlung, Donnerstag, 19.1.2017, 19.15, Bürgisweyerbad

**Mühleberg** Vortrag, Mittwoch, 18.1.2017, 19.00 Abfahrt in Allenlüften, Beginn Vortrag 20.00 Bern, Hörsaal Kinderklinik Inselspital, Vor dem Vortrag gibt es ein Kalziumbuffet. Thema des Vortrages: Zeitgeist Ethik – wie kann Ethik im Gesundheitswesen helfen?

**Neuenegg** Blutspenden, Montag, 6.2.2017, 17.30–20.00, Schul- und Kirchenzentrum, Aula; GV, Freitag, 10.2.2017, 19.45, Singsaal Dorfschulhaus

**Schüpfen** Arztvortrag, Mittwoch, 18.1.2017, ca. 18.00 Uhr Abfahrt in Schüpfen, Hörsaal Inselspital Bern; GV, Freitag, 3.2.2017, 19.00 Uhr, Restaurant Löwen in Schüpfen

**Spiez Monatsübung Thema Bergen**, Donnerstags, 19.1.2017, 20.00, Schulaanlage Räumli Spiez; **HV**, Freitag, 10.2.2017, 19.30h, Kirchgemeindehaus Spiez, Einladung folgt persönlich mit den genauen Angaben!

**Sumiswald HV**, Freitag, 27.1.2017, 19.30, Restaurant Kreuz Sumiswald, für aktive obligatorisch, Passiv und Ehrenmitglieder sind herzlich eingeladen

**Untere Emme Help**, Samstag, 14.1.2017, 13.30, SAB Bätterkinden; **Monatsübung**, Montag, 30.1.2017, 19.30, SAB Bätterkinden; **HV**, Freitag, 3.2.2017, 19.00, Rest. Rössli; **Help**, Samstag, 4.2.2017, 13.30, SAB Bätterkinden

**Vechigen Inselvortrag**, Mittwoch, 18.1.2017, 18.30, Bahnhof Boll; **HV**, Freitag, 27.1.2017, 18.00, Restaurant Kreuz; **Monatsübung**, Montag, 13.2.2017, Postendienst Block 1; **Blutspenden**, Mittwoch, 15.2.2017, Einsatz nach Plan

**Walliswil bei Niederbipp HV**, Mittwoch, 25.1.2017, 19.30, Restaurant Oberli

**Wohlen-Meikirch HV**, Freitag, 20.1.2017, 20.00 Uhr, Restaurant Rössli, Säriswil; **Monatsübung**, Donnerstag, 26.1.2017, 19.30–21.30 Uhr, Oberstufenschule Uettligen; **Monatsübung**, Donnerstag, 16.2.2017, 19.30–21.30 Uhr, Oberstufenschule Uettligen

**Worb Inselvortrag**, Dienstag, 24.1.2017, Apero 19.00Uhr Vortrag 20.00Uhr, Hörsaal 1 der Kinderklinik des Inselspitals, Zeitgeist Ethik – wie kann die Ethik im Gesundheitswesen helfen?

**Wynigen Monatsübung**, Dienstag, 31.1.2017, 20.00 Uhr, Uhlmannhaus, Churz vor em Uraschte; **HV**, Freitag, 3.2.2017, Einladung folgt

**Zäziwil u. Umgebung Monatsübung**, Dienstag, 17.1.2017, 20.00 Uhr, ZA Zäziwil, Lass dich überraschen; **Blutspenden**, Dienstag, 31.1.2017, 18.00–20.30 Uhr, Schulhaus Dorf, Bowil, Helfer und Helferinnen ab 17.00 Uhr, wenn möglich

## Freiburg

**Fribourg Conférence à Belfaux**, Montag, 6.2.2017, 19.30

**Kerzers und Umgebung Vortrag im Inselspital**, Mittwoch, 18.1.2017, Treffpunkt: Bahnhof Kerzers um 18.30 Uhr, Zeitgeist Ethik – Wie kann die Ethik im Gesundheitswesen helfen?

**Plaffeien Monatsübung**, Dienstag, 31.1.2017, 20.00–22.00, Übungslokal, Postenmodul 1; **Nothilfekurs**, Freitag, 3.2.2017, Übungslokal, 03./04.02.2017 bereits Ausgebucht!

**St. Silvester GV**, Freitag, 20.1.2017, Restaurant Chämi-Hütte

**Ulmiz Übung**, Montag, 6.2.2017, 20.00, BLS-AED-Repe; **HV**, Freitag, 10.3.2017, 19.30, Restaurant Jäger

## Graubünden

**Chur Monatsübung**, Montag, 23.1.2017, 20.00 h, Segantini, Unfälle im Haushalt; **Monatsübung**, Montag, 6.2.2017, 19.45 h, Unfälle auf dem Eis. Treffpunkt vor dem Eingang Eisfeld Quader; **GV**, Samstag, 18.2.2017, 17.30 h, Anträge zu Händen GV 2017 sind bis 31.12.2016 schriftlich an den Präsidenten einzureichen.

**Davos Schienen & Co**, Mittwoch, 1.2.2017, 20.00 Uhr–22.00 Uhr, UG Foyer Mittelstufenschulhaus Davos Platz

**Samnaun GV**, Freitag, 13.1.2017, 20.30, Einladung folgt

## Luzern

**Adligenswil GV**, Montag, 23.1.2017, 20.00 Uhr, Zentrum Teufmatt, kleiner Mehrzwecksaal OG, Apéro um 19.30 Uhr

**Emmen Monatsübung**, Mittwoch, 18.1.2017, 19.45, Schulhaus Rüeggisingen, Monatsübung «Überführung»; **Monatsübung**, Montag, 13.2.2017, 19.45, Schulhaus Rüeggisingen, Monatsübung «Tom Tully» mit Erwin Meister

**Hellbühl Vortrag der MS-Schweiz**, zusammen mit der FMG, Montag, 23.1.2017, 20.00, Pfarrsaal; **GV**, Freitag, 3.2.2017

**Luzern Pilatus Monatsübung**, Montag, 16.1.2017, 19.30 Uhr, Schulhaus Säli, Luzern, Gesunde Lebensweise; **Seniorengruppe**, Dienstag, 14.2.2017, 13.15 Uhr, Porte, Ringier Print, Ebikonstrasse 75, Adligenswil, BETRIEBSBESICHTIGUNG, Dauer 13.30–15.00 Uhr Anschl. Beisammensein in einem Restaurant. Anreise mit Bus Nr. 7, Luzern-Bhf ab 12.55 Uhr bis Unterlöchl, dann Bus Nr.26 bis Stuben. Für PW-Fahrer: Besucher-PP vorhanden. Auskunft 041 377 28 58; **GV**, Freitag, 10.3.2017, Bitte Einladung beachten. Anträge der Mitglieder sind dem Vorstand bis spätestens vier Wochen vor der Versammlung schriftlich einzureichen.

**Luzern SRK Grundkurs Reanimation**, Dienstag, 31.1.2017, 19.00–22.00, Vereinslokal Würzenbachmatte 1, Der 1. Grunkurs Reanimatin vom 2017 findet am Dienstag 31.01.2017 von 19.00–22.00 und Dienstag 07.02.2017 von 19.00–22.00 statt. Wenn jemand von den Vereinsmitgliedern oder Angehörigen Interesse hat, soll sich bei Isabella

Stalder-Tanner melden.; **GV**, Freitag, 10.2.2017, 19.00–22.00, Vereinslokal Würzenbachmatte 1, Nähere Angaben folgen per Post; **Übung**, Donnerstag, 9.3.2017, 19.00–22.00, Vereinslokal Würzenbachmatte 1, Der Repetitionskurs Reanimation wird ein offizieller Kurs mit evtl. externen Kursteilnehmer sein. Dieser Kurs ist für alle Sanitätsdienstleistenden obligatorisch. Bitte notiert euch diesen in der Agenda; **Samariterkurs**, Donnerstag, 30.3.2017, 19.00–22.00, Vereinslokal Würzenbachmatte 1, Wenn jemand von den Vereinsmitgliedern oder ihren Angehörigen Interesse hat den Samariterkurs zu besuchen, sollen sie sich bei Isabella Stalder-Tanner melden. Der Nächste wird im März/April durchgeführt

**Neuenkirch GV**, Donnerstag, 26.1.2017, 19.30 Uhr, Restaurant «La Squadra»

**Root u. Umgebung GV**, Dienstag, 7.2.2017, 19.30, Hotel Tell, Gisikon, Mitgliederversammlung

**Rothenburg GV**, Freitag, 10.2.2017, 19.30, Restaurant Kreuz

**Schüpfheim GV**, Freitag, 20.1.2017, 19.30; **Blutspenden**, Mittwoch, 25.1.2017, 17.00–20.30, Gemeindesaal Adler, 6170 Schüpfheim; **Monatsübung**, Mittwoch, 1.2.2017, 20.00, Pfarreiheim Schüpfheim

**Sempach GV**, Freitag, 27.1.2017, 19.30, Restaurant Adler Sempach, Alle sind herzlich eingeladen zur Teilnahme. Es wird um Abmeldung gebeten falls die Teilnahme nicht möglich ist.

**Sursee Monatsübung**, Dienstag, 7.2.2017, 20.00 Uhr, Untergeschoss Alterszentrum St. Martin, im Haushalt

## Schaffhausen

**Neuhausen am Rheinfall Vortrag**, Montag, 13.2.2017, 19.30, Kirchackersschulhaus Neuhausen, Arztvortrag. Gerne auch mit Begleitung.

## Schwyz

**Altendorf GV**, Freitag, 27.1.2017, 19.30 Uhr, Restaurant Rose; **Monatsübung**, Donnerstag, 2.2.2017, Samariterlokal, Der neue NHK – Teil 1

**Tuggen GV**, Freitag, 27.1.2017, 20.00 Uhr, Rest. Kapellhof Tuggen

**Vorderthal Monatsübung**, Donnerstag, 12.1.2017, 19.30–22.30 Uhr, MZG Vorderthal; **Monatsübung**, Donnerstag, 2.2.2017, 20.00–21.45 Uhe, MZG Vorderthal

## Solothurn

**Bellach Blutspenden**, Mittwoch, 11.1.2017, 17.30 Uhr, Aula, Kaselfeldschulhaus, Bellach, Helfer laut Einschreibung, finden sich um 17.00 Uhr ein.

**Biberist Monatsübung**, Montag, 6.2.2017, 19.30 Uhr, Samariterlokal, Probelauf

**Deitingen Monatsübung**, Montag, 6.2.2017, 20.00, Lokal

**Derendingen Monatsübung**, Mittwoch, 25.1.2017, 20.00, Vereinslokal

**Dorneckberg Monatsübung**, Donnerstag, 16.2.2017, 19.30 Uhr, Hochwald, Turnhalle UG, Lerne spannendes über die Anatomie des Kopfes und über Kopfverletzungen

**Fulenbach GV**, Freitag, 17.3.2017, 19.00, Restaurant Rössli

**Hägendorf und Umgebung Übung**, Donnerstag, 19.1.2017, 20.00 Uhr, Schulhaus Oberdorf Hägendorf; **Übung**, Donnerstag, 2.2.2017, 20.00 Uhr, Schulhaus Oberdorf Hägendorf, Im Februar Taschen retablieren nicht vergessen! Jeweils am Dienstag zwischen 19.15 Uhr und 20.00 Uhr im KMM

**Langendorf Monatsübung**, Montag, 6.2.2017, 20.15, Mehrzweckraum der Ischimatt, Verletzungen des Bewegungsapparates

**Subingen Monatsübung**, Montag, 30.1.2017, 19.30, MZG Subingen, Sinnesorgane

**Wangen b. Olten Vereinsversammlung**, Freitag, 20.1.2017

## St. Gallen und Fürstentum Liechtenstein

**Bazenheid-Lütisburg Monatsübung**, Montag, 6.2.2017, 20.00 Uhr, Eichbühlschulhaus, Wundarten/Wundversorgung

**Buchs SG Monatsübung**, Dienstag, 24.1.2017, 19.30, Musikheim am Werdenbergersee, Samariterkurs Baustein 6

**Eggersriet HV**, Freitag, 10.2.2017, 19.00 Uhr, Rest. Bären Grub SG

**Gossau SG HV**, Freitag, 17.2.2017, 19.30, Betagtenzentrum Schwalbe

**Mosnang Monatsübung**, Dienstag, 7.2.2017, 20.00–22.00 Uhr, Pfarreiheim Moslig

**St. Gallen-Winkeln Monatsübung**, Montag, 6.2.2017, 19.30, Schulhaus Kreuzbühl, Schmerzen

**Triesenberg Monatsübung**, Freitag, 13.1.2017, 20.00 Uhr, Samariterheim Kontakt Obergufer; **Monatsübung**, Freitag, 3.2.2017, 20.00 Uhr, Samariterheim Kontakt Obergufer

## Thurgau

**Altnau U. Umgebung Generalversammlung**, Freitag, 20.1.2017; **Monatsübung: BLS-AED Repe Teil 1**, Dienstag, 24.1.2017, 20.00 Uhr, Oberstufenschulhaus Altnau

**Bischofszell u. Umgebung Monatsübung**, Dienstag, 7.2.2017, 20.00 Uhr, Sandbänkli, 9220 Bischofszell, Thema: Vorstellung «cool down»

**Ermatingen Monatsübung**, Mittwoch, 8.2.2017, 19.30, Vereinslokal, Sanitätsdienst; **Vereinsversammlung**, Mittwoch, 22.2.2017

**Frauenfeld Help**, Mittwoch, 11.1.2017, 18.00 Uhr, Zivilschutzanlage Schulhaus Reutenen; **Monatsübung Postendienst**, Montag, 6.2.2017, 19.30h, Zivilschutzanlage Schulhaus Reutenen; **Help**, Mittwoch, 8.2.2017, 18.00 Uhr, Zivilschutzanlage Schulhaus Reutenen

**Herdern u. Umgebung Monatsübung**, Donnerstag, 19.1.2017, 19.45 Uhr, Bühne Turnhalle Gündelhart, Kommunikation

**Horn HV**, Freitag, 10.2.2017, 19.00 Uhr, Altersheim Horn

**Kreuzlingen Monatsübung**, Mittwoch, 8.2.2017, 19.00–22.30 Uhr, Kirchstr. 15, Ausbildung Mitglieder: 1. Helfer IVR 2.

**Münchwilen und Umgebung Monatsübung**, Mittwoch, 8.2.2017, 20.00 Uhr, Singsaal Schulhaus Waldegg; **GV**, Freitag, 10.2.2017, 19.30 Uhr, Alterszentrum Tannzapfenland, Bitte Fr. 10.– Geschenkli mitbringen.

**Seebachtal Hüttwilen Vereinsversammlung**, Montag, 27.2.2017

**Sulgen Monatsübung**, Dienstag, 7.2.2017, 20.00 Uhr, evangelisches Kirchgemeindehaus, allerlei Wickel

**Weinfeldern Monatsübung**, Dienstag, 14.2.2017, 20.00 bis 22.00, TBS, Drogen; **Ordentliche Vereinsversammlung**, Freitag, 17.3.2017, Gemäss Einladung

## Unterwalden

**Buochs Monatsübung**, Mittwoch, 11.1.2017, Skiunfälle; **Vereinsversammlung**, Mittwoch, 1.2.2017

**Ennetbürgen Vortrag**, Mittwoch, 11.1.2017, 20.00h, Gemeindegemeinschaft, Der Fuss: Der Orthopäde Dr. Rampf und ein Physiotherapeut des Kantonspitals Nidwalden informieren uns über operative und konservative Behandlungsmöglichkeiten bei Problemen mit dem Fuss.

**Ennetmoos GV**, Freitag, 27.1.2017

**Lungern GV**, Dienstag, 24.1.2017, 20.00 Uhr, Vereinsversammlung; **Monatsübung**, Montag, 6.2.2017, 20.00 Uhr, Suppensäali, Drogen und Vergiftungen

**Sarnen Blutspenden**, Dienstag, 17.1.2017, Aula Cher; **GV**, Freitag, 17.2.2017

## Uri

**Schattdorf GV**, Freitag, 27.1.2017, 19.30h, Rest. Grüner Wald, Schattdorf; **Blutspenden**, Dienstag, 7.2.2017, 16.00h, Mehrzweckgebäude Grundmatte, Schattdorf; **Monatsübung**, Donnerstag, 9.2.2017, 20.00h, Samariterlokal, Allmendstrasse 1, Schattdorf, Monatsübung «Skilehrer»; **Monatsübung**, Donnerstag, 9.3.2017, 20.00h Monatsübung/19.00h BLS-AED-Refresherkurs, Samariterlokal, Allmendstrasse 1, Schattdorf, Monatsübung «Elektriker» (BLS-AED-Refresherkurs) für den BLS-AED-Refresherkurs ist zwingend eine Anmeldung erforderlich [kurswesen@samariter-schattdorf.ch](mailto:kurswesen@samariter-schattdorf.ch)

## Wallis

**Brig-Glis GV**, Freitag, 3.2.2017

**Steg BLS/AED/SRC Kompakt Refresher (WK)**, Montag, 30.1.2017; **GV**, Freitag, 17.2.2017

**Turtmann GV**, Donnerstag, 12.1.2017, 20.00, Detaillierte Informationen werden folgen

## Zug

**Baar Monatsübung Help-Gruppe**, Mittwoch, 18.1.2017, 17.25 Uhr, vor dem Schulhaus Sennweid, Allergien

**Neuheim 50. GV**, Freitag, 20.1.2017, 19.00, Moränestübli; **Monatsübung**, Montag, 20.2.2017, 20.00, Schulhaus Dorf, De Dökti verzelt

**Oberägeri Monatsübung**, Samstag, 14.1.2017, 08.00 Uhr, Samariterlokal Oberägeri, Grundlagen Sanitätsdienst; **GV**, Mittwoch, 18.1.2017, 19.30 Uhr, Restaurant Eierhals, Gem. Einladung; **Help**, Mittwoch, 25.1.2017, 18.30 Uhr, Samariterlokal Oberägeri, S'lauff chalt übere Rügge; **Monatsübung**, Mittwoch, 1.2.2017, 20.00 Uhr, Samariterlokal Oberägeri, Fit für den Sanitätsdienst

**Unterägeri Monatsübung**, Samstag, 14.1.2017, 08.00 Uhr, Samariterlokal Oberägeri, Grundlagen Sanitätsdienst; **GV**, Freitag, 20.1.2017, 19.30 Uhr, Restaurant Lindenhof, Gem. Einladung; **Help**, Mittwoch, 25.1.2017, 18.30 Uhr, Samariterlokal Oberägeri, S-lauft chalt übere Rügge; **Monatsübung**, Mittwoch, 1.2.2017, 20.00 Uhr, Samariterlokal Oberägeri, Fit für den Sanitätsdienst

**Zug Help**, Samstag, 28.1.2017, 9.15, Zivilschutzanlage Oberwil, Merlin der Zauberer; **Monatsübung**, Dienstag, 31.1.2017, 19.45, Zivilschutzanlage Oberwil

## Zürich

**Bassersdorf-Nürens Dorf Blutspenden**, Mittwoch, 25.1.2017; **Übung**, Dienstag, 7.2.2017

**Bonstetten-Wettswil Übung**, Dienstag, 17.1.2017, 20.00, Gemeindesaal Bonstetten, 1x1 der Medikamentenkunde mit Angela Küng

**Bubikon GV**, Dienstag, 7.2.2017, 20.00, Generalversammlung im Restaurant Blume, Bubikon

**Bülach Monatsübung**, Mittwoch, 8.2.2017, 19.30, Samariterlokal Hohfuri, Falsch Verbunden; **Vereinsversammlung**, Freitag, 10.3.2017, 18.30, Kath. Kirchgemeindegemeinschaft, Einladung folgt

**Dielsdorf-Regensberg Monatsübung**, Montag, 6.2.2017, 20.00 bis 22.00, Übungs- und Kurslokal, Psycho; **Vereinsversammlung**, Freitag, 17.3.2017

**Dübendorf Blutspenden**, Mittwoch, 18.1.2017, 16.30–19.30 Uhr, ref. Kirchgemeindegemeinschaft, Dübendorf, Wer noch Zeit hat mitzuhelfen, melde sich bitte bei Fränzi. Vile Dank.; **Monatsübung**, Mittwoch, 25.1.2017, 19.30 Uhr, Schulhaus Grüze, Gebäude 7, Seite Grüzestrasse, «Nach innen oder nach aussen?» Übungsleitung: Marcel Die hohe Kunst der Bindeverbände, Pflicht und Kür. Was sind Orthesen?

**Dürnten Monatsübung: Führung auf dem Schadenplatz**, Donnerstag, 12.1.2017, 19.30–21.30 Uhr, Singsaal der Sekundarschule Nauen, 8632 Tann, Zusätzlich zu den Vereinsmitgliedern sind Gäste und Interessierte herzlich eingeladen.; **Monatsübung: ABCDE, SAMPLE, FAST**, Donnerstag, 9.2.2017, 19.30–21.30 Uhr, Singsaal Sekundarschule Nauen, 8632 Tann, Zusätzlich zu den Vereinsmitgliedern sind Gäste und Interessierte herzlich eingeladen.

**Egg-Mönchaltorf Monatsübung**, Freitag, 27.1.2017, 20.00, MZG, A (Atemwege); **GV**, Freitag, 10.2.2017, 19.15, Restaurant Traube in Mönchaltorf

**Engstringen Monatsübung**, Dienstag, 7.2.2017, 19.30 h, Zentrum Oberengstringen

**Eschenbach U. Umgebung HV**, Freitag, 27.1.2017, 19.30 Uhr, Neuhaus, Rest. Ochsen

**Fiscenthal Monatsübung**, Montag, 30.1.2017, Reanimation (neue Richtlinien)

**Flaachthal Übung**, Montag, 30.1.2017, 20.00–22.00, Gemeindehaus Flaach

**Grüningen Vortrag**, Mittwoch, 18.1.2017, 20.00, Restaurant Hirschen, Hinwil, Abfahrt ab Werkhof um 19.15; **GV**, Dienstag, 7.2.2017, 19.00, Restaurant, Grüningen

**Hinwil Vortrag**, Mittwoch, 18.1.2017, 20.00 Uhr, Restaurant Hirschen, Drogen, K.O.-Tropfen. Referent: Dr. med. Lars Stark, ärztlicher Leiter Anrud Zentrum Hauptbahnhof Zürich. GILT ALS ÜBUNG!; **Monatsübung**, Dienstag, 7.2.2017, 19.30 Uhr, Feuerwehrgebäude Eisweiher, Atemnot

**Küsnacht Monatsübung**, Mittwoch, 1.2.2017, 20.00, neuer Haupttrakt Kantonsschule, Verbände auffrischen; **Monatsübung**, Mittwoch, 1.3.2017, 20.00, neuer Haupttrakt Kantonsschule, ein Notfall beim Sanitätsdienst

**Männedorf-Stäfa Monatsübung**, Dienstag, 7.2.2017, 19.30, Sonnenwiessaal Stäfa, Alkohol, Drogen; **Vereinsversammlung**, Dienstag, 14.3.2017

**Meilen-Herrliberg Vereinsversammlung**, Freitag, 20.1.2017, 18.30, Ref. Kirchensaal im Löwen, Meilen; **Monatsübung**, Dienstag, 7.2.2017, 19.45, Sekundarschulhaus Breiti, Herrliberg, Achtung: Änderung Übungsort Herrliberg

**Pfäffikon ZH u. Umgebung Monatsübung**, Donnerstag, 19.1.2017, 19.45, Feuerwehrdepot Pfäffikon ZH; **GV**, Freitag, 3.2.2017, 19.00, Restaurant Puurehuus Wermatswil

**Rapperswil-Jona Monatsübung**, Dienstag, 7.2.2017, BWZ-Rappi

**Region Thalwil Fachübung**, Dienstag, 7.2.2017, 20.00 Uhr, Werkstatt im Schulhaus Feld, Thalwil, Zum Thema: Blutkreislauf (Blutungen, Verschlüsse...); **GV**, Freitag, 10.3.2017, Einladung folgt

**Rüti ZH Monatsübung**, Montag, 30.1.2017, 19.30 Uhr, Amthaus Rüti Saal, Cool down

**Schmerikon Übung**, Dienstag, 7.2.2017, 20.00 bis 22.00, Schulhaus; **HV**, Freitag, 3.3.2017

**Schwerzenbach Monatsübung**, Montag, 6.2.2017, 19.45 h, Feuerwehr Depot

**Stallikon-Aeugst Monatsübung**, Mittwoch, 11.1.2017, 20.00–22.00 Uhr, Werkgebäude Stallikon, ab 19.00 Uhr können die Alarmpaschen aufgefüllt werden; **GV**, Freitag, 10.2.2017, 19.30 Uhr, Schwarzer Hecht, Stallikon, siehe separate Einladung

**Uetikon am See Monatsübung**, Donnerstag, 12.1.2017, 20.00 Uhr, Riedsteg, Partysaal, Bergstrasse 109, 8707 Uetikon am See, Herzkreislauf/Samariterkurs Teil III; **Monatsübung**, Donnerstag, 2.2.2017, 20.00 Uhr, Riedsteg, Partysaal, Bergstrasse 109, 8707 Uetikon am See, Muskeln und Brüche/Samariterkurs Teil IV

**Urdorf Winterbummel**, Freitag, 20.1.2017, 18.30/19.30, 8902 Urdorf, Treffpunkt mit Fussmarsch: 18.30 Uhr Parkplatz Weihermatt Treffpunkt ohne Fussmarsch: 19.30 Uhr Restaurant Frohsinn, Uetikon Konsumation auf eigene Kosten, Dessert vom SVU offeriert Anmeldungen bis 9. Jan. 17 an Berti Weber, 044 734 12 51; **GV**, Freitag, 3.2.2017, 18.30–23.00, Embrisaal Im Embri 8 8902 Urdorf

**Uster Monatsübung**, Dienstag, 17.1.2017, 20.00, ZEDO

**Volketswil Monatsübung**, Montag, 16.1.2017, 20.00, Chappeli

**Wädenswil Monatsübung**, Mittwoch, 1.2.2017, 19.30 Uhr–21.30 Uhr, Kurslokal, Schönenbergstr. 3, Wädenswil

**Wald ZH Monatsübung**, Montag, 16.1.2017, 20.00–22.00, Windegg, Ernährung; **Vereinsversammlung**, Freitag, 17.2.2017, 19.30, Restaurant Ochsen

**Wallisellen Monatsübung**, Mittwoch, 11.1.2017, 19.30, Schulhaus Bürgli-Süd, Unsere Medikamente; **Monatsübung**, Mittwoch, 8.2.2017, 19.30, Schulhaus Bürgli-Süd, Material

**Weisslingen-Kyburg Monatsübung**, Montag, 6.2.2017, 20.00, Vereinsraum 1, Nähe und Distanz, verbale Deeskalation, Selbstverteidigung; **GV**, Montag, 13.2.2017, 18.30

**Wetzikon-Seeigraben Vortrag**, Mittwoch, 18.1.2017, 20.00, Restaurant Hirschen, Hinwil, Drogen – K.o.-Tropfen. Wird als Übung angerechnet; **Vereinsversammlung**, Freitag, 27.1.2017, Beginn mit Essen, 18.45 Uhr, Beginn VV punkt 20.15 Uhr, Schulhaus BWSZO an der Tössalstrasse in Kempton; **Übung**, Dienstag, 7.2.2017, 20.00, Schulhaus BWSZO, Ski und Schlitten

**Wiesendangen u. Umgebung Vortrag,** Mittwoch, 1.2.2017, 20.00 Uhr, Schulhaus Wyberg Wiesendangen, Therapiehund

**Winterthur Oberwinterthur Monatsübung,** Mittwoch, 25.1.2017, 19.30, Schulhaus Rychenberg, Reanimation; **GV,** Donnerstag, 23.2.2017, 19.30, Restaurant Stadtrain, Für Aktive obligatorisch.

**Winterthur-Stadt Monatsübung,** Dienstag, 31.1.2017, 19.30–21.30, Schulhaus Altstadt, Wunschthemen; **Monatsübung,** Dienstag, 28.2.2017, 19.30–21.30, Schulhaus Altstadt, Sportverletzungen

**Winterthur-Wülflingen Monatsübung,** Mittwoch, 11.1.2017, 19.30, Spieleabend. Achtung neuer Treffpunkt: Spitexzentrum Wülflingen, Holzlegistrasse 17

**Zumikon u. Umgebung Monatsübung,** Montag, 30.1.2017, 20.00–22.00, Gemeindehaus 203, Thema Verbände

**Zürich-Altstetten-Albisrieden Monatsübung,** Donnerstag, 19.1.2017, 20.00–22.00, Schulhaus Buchlern; **Blutspenden,** Montag, 23.1.2017, 17.00–20.00, Ref. Kirche Albisrieden

**Zürich-Oerlikon und Umgebung Monatsübung,** Donnerstag, 12.1.2017, 19.30, Schulhaus Liguster, Messverfahren; **Monatsübung,** Donnerstag, 2.2.2017, 19.30 Uhr, Schulhaus Liguster, Fallbeispieltraining

**Zürich-Seebach Monatsübung,** Montag, 6.2.2017, 19.30 Uhr, Kirchgemeindehaus Buhn; **GV,** Montag, 6.3.2017, 19.00 Uhr, Kirchgemeindehaus Buhn, Vereinsversammlung mit anschliessendem Abendessen. Achtung: Beginn bereits um 19 Uhr.

## Grundbotschaft des Monats

**Wir Samariterinnen und Samariter geben unser Wissen und Können über Nothilfe und Erste Hilfe in Kursen an die Bevölkerung weiter, damit nach Unfällen rasch und richtig reagiert und sinnvoll geholfen werden kann.**

**Wir sind Spezialistinnen und Spezialisten in der Erteilung von Bevölkerungskursen in lebensrettenden Sofortmassnahmen und Erster Hilfe.**

Sämtliche Grundbotschaften finden Sie unter [www.samariter.ch](http://www.samariter.ch) > Extranet > Information > Werbe- und PR-Texte > Grundbotschaften



Bis  
Fr. **880.-**  
Rabatt

## 2017–Mit der Excellence Royal Seine Flussreise & Normandie

### Reisedaten 2017

02.04.–09.04. • 09.04.–16.04. • 16.04.–23.04.  
23.04.–30.04. • 30.04.–07.05. • 07.05.–14.05.  
14.05.–21.05. • 21.05.–28.05. • 28.05.–04.06.  
04.06.–11.06. • 11.06.–18.06. • 18.06.–25.06.  
25.06.–02.07. • 02.07.–09.07. • 09.07.–16.07.  
23.07.–30.07. • 30.07.–06.08. • 06.08.–13.08.  
13.08.–20.08. • 27.08.–03.09. • 10.09.–17.09.  
17.09.–24.09. • 24.09.–01.10. • 01.10.–08.10.  
08.10.–15.10.

### Preise pro Person

Kabinentyp	Katalogpreis	Sofortpreis
2-Bett-Kabine HD	2350.-	1595.-
2-Bett-Kab., frz. Balkon MD	2760.-	1995.-
2-Bett-Kab., frz. Balkon OD	2895.-	2155.-
Mini Suite, frz. Balkon MD	3095.-	2255.-
Mini Suite, frz. Balkon OD	3235.-	2355.-

### Sofortpreis mit beschränkter Verfügbarkeit

Kein Zuschlag für Alleinreisende Kabinen HD  
MD = Mitteldeck, OD = Oberdeck, HD = Hauptdeck

Schweizer Schiff · Bus zum Fluss  
Feinste Küche ·  
Exklusive Landausflüge



Von der Weltstadt Paris bis in die Normandie erwarten Sie Bilder wie sie abwechslungsreicher kaum sein könnten mit der Excellence Royal. Camembert, Calvados und Cidre runden die zahlreichen Highlights Ihrer Reise ab.

### Ihr Reiseprogramm

**Tag 1 Schweiz–Paris.** Busanreise nach Paris. Willkommen an Bord.

**Tag 2 Paris.** Morgens gemütliche Bootsrundfahrt\* auf der Seine. Am Nachmittag Stadtrundfahrt\* in der französischen Metropole. Sie entdecken Sehenswürdigkeiten wie die Champs-Élysées, den Arc de Triomphe, die Notre Dame de Paris oder den Eiffelturm. Am Abend legt die Excellence Royal ab.

**Tag 3 Les Andelys.** Ausflug\* nach Lyons la Forêt – eines der schönsten Dörfer Frankreichs. Es folgt ein Rundgang in Les Andelys mit Besuch des Schlosses Gaillard und der Kirche Notre-Dame mit Architekturen aus fast allen Epochen.

**Tag 4 Caudebec-en-Caux–(Honfleur).** Ganztagesausflug\* nach Honfleur an der Blumenküste, der Côte Fleurie. Stadtrundgang im Hafenviertel und Mittagessen in einem typischen Restaurant. Auf den Rückweg Fahrt durch die Normandie mit Zwischenhalt in einer Calvados-Brennerei, inkl. Führung und Degustation.

**Tag 5 Caudebec-en-Caux–(Étretat)–Rouen.** Ausflug\* nach Étretat zur Alabasterküste mit ihren hoch aufragenden Kreideklippen und den faszinieren

renden Steilfelsen «Aiguille» und dem «Felsentor». 6-Gang-Gourmetmittagessen (Fr. 160) bei Spitzenkoch David Görne in seinem renommierten Manoir.

**Tag 6 Rouen.** Stadtrundgang\* in Rouen – Stadt der 100 Türme. Auf der «Route der Abteien» (Fr. 45) besuchen Sie die Abtei Jumièges, eines der eindrucksvollsten Bauwerke der Romanik.

**Tag 7 Vernon–Paris.** Busausflug\* nach Giverny. Besichtigen Sie das Wohnhaus und den Garten des grossen Claude Monet, der hier 43 Jahre lang lebte.

**Tag 8 Paris–Schweiz.** Nach dem Frühstück Busrückreise zu Ihrem Abreiseort.

\* Ausflugspaket



Die Excellence Royal bietet Platz für 144 Reisegäste. Die Kabinen befinden sich aussen, sind erstklassig-exquisit ausgestattet: Dusche/WC, Sat-TV, Minibar, Safe, Föhn, Hausteleson, individuell regulierbare Klimaanlage, Heizung und Stromanschluss (220V). Lift von Mittel- zu Oberdeck. Entree mit Lobby, Rezeption und Boutique. Stilvolles Restaurant, Panoramlounge mit Bar. Sonnendeck mit Sitzgruppen und Schattenplätzen, Whirlpool, Fitnessbereich mit Sauna.

Willkommen an Bord!

### Reduktionen

- Abreise 16.04. –150.-
- Abreise 02.04., 09.04. –250.-

### Zuschläge

- Kabine zur Alleinbenützung MD/OD 795.-
- Ausflugspaket mit 7 Ausflügen 245.-
- Königsklasse-Luxusbuss 285.-
- TGV An-/Rückreise 1. Kl., inkl. Transfer ab 345.-
- TGV An-/Rückreise 2. Kl., inkl. Transfer ab 185.-

### Unsere Leistungen

- An-/Rückreise im Komfort-Reisebus
- Excellence Flussreise mit Vollpension an Bord
- Erfahrene Mittelthurgau-Reiseleitung

### Nicht inbegriffen

- Auftragspauschale pro Person Fr. 20.- (entfällt bei Buchung über www.mittelthurgau.ch)
- Persönliche Auslagen, Getränke, Trinkgelder
- Sitzplatzreservierung Car 1.–3. Reihe
- Kombinierte Annullations- und Extrarückreiseversicherung auf Anfrage

### Abfahrtsorte

06:10 Wil ; 06:30 Burgdorf ; 06:35 Winterthur-Wiesendangen SBB; 07:00 Zürich-Flughafen Reisebusterminal ; 07:20 Aarau SBB; 08:00 Baden-Rütihof ; 08:35 Basel SBB; 08:50 Pratteln, Aquabasilea

### Reiseformalitäten, Wissenswertes

Schweizer Bürger benötigen eine gültige Identitätskarte oder einen gültigen Reisepass.

### Internet Buchungscode

www.mittelthurgau.ch

eypar1



Gratis-Buchungstelefon

0800 86 26 85

Online buchen

www.mittelthurgau.ch

reisebüro  
mittelthurgau

Die Schiffsreisenmacher